

sale&pepe

SALEPEPE.IT

SETTEMBRE 2021 - € 3,90

La pasta è piccante

Peperoncino, 'nduja e paprica
in condimenti per palati audaci

Pesce in conserva

Tecniche antiche danno vita
a prodotti gourmand

Schiacce e focacce dolci

Rustiche delizie contadine
arricchite da frutta
e zucchero

L'avocado fa tendenza

E abbraccia
i sapori
mediterranei

Posta italiana spa - Sped. in A.P. - DL 353/03 art.1,
comma 1, DCB Verona - Anno 33 - Mensile - P1(Conti)
€ 7,50 - Lux, Belgio, Francia, MC, Côte d'Azur
€ 9,00 - Svizzera CHF 9,00 - Svizzera C.T. CHF 9,50 -
Germania € 10,00 - USA \$ 15,00

Stile Italia Edizioni



IN EDICOLA IL 24 AGOSTO 2021

SPAGHETTI
AL NERO DI SEPPIA
CON RAGÙ DI POLPO E
SALSICCIA PICCANTE

pag. 41



Riscoprite il piacere dei sapori genuini, della verdura cresciuta sotto il sole, dei piatti gustosi della nostra tradizione. La verdura dell'Alto Adige cresce in montagna e si raccoglie fresca e croccante da giugno ad ottobre.

verduraaltoadige.com

Cresce al sole e all'aria pura.

Verdura dell'Alto Adige/Südtirol.



Qui accanto, da sinistra a destra: le sarde ripiene con cipollotti (pagina 113); una foto del servizio dedicato al porcino di Borgotaro (a partire da pagina 22); la schiacciata con l'uva (pagina 63).



Sommario settembre

7 Storie di cucina **Quando il pomodoro si fa a cubi**

Una ricetta antica e curiosa: dopo una lunga cottura, la polpa succosa si trasforma in panetti quasi solidi

11 Tema del mese **Pesce in conserva** Sotto sale, marinato, affumicato: tecniche diverse e grandi specialità di cui approfittare in cucina

22 Tappe del gusto **Il porcino di Borgotaro** Nasce tra le province di Parma e Massa Carrara questo ottimo fungo a marchio Igp

28 Ricetta gourmet **Brioscia col tupper** Voluminosa, soffice e siciliana, si mangia da sola, con la granita o con il gelato

34 Passioni **Paste piccanti** Peperoncino, 'nduja, paprica: ne basta un pizzico per appagare i palati in cerca di emozioni forti

46 Scelti da Sale&Pepe **L'eleganza delle chiocciole** Nel Milanese, un nuovo allevamento punta a rilanciare le lumache come cibo di tendenza

58 Dolce vita **Schiacce e focacce dolci** Da un semplice impasto con ingredienti genuini nascono delizie rustiche dal sapore familiare

70 Living **Cincin tra i vigneti** Un menu ricco di frutti settembrini per un pranzo in campagna nel magico tempo della vendemmia

78 Dietro le quinte **Dal campo alla tavola** Il grano duro Senatore Cappelli e la sua affascinante trasformazione in pasta di qualità

82 Ispirazioni **Fatto con il pane** Condito, tostato, infornato, è il più fragrante compagno di carni, ortaggi e latticini

86 Semplici piaceri **Avocado all'italiana** Morbido, corposo, salutare, viene da lontano ma è adatto ai nostri climi e sa creare piacevoli fusioni

98 Jeunes Restaurateurs **Christian Pircher** Una cucina ricercata fatta di grande misura che coniuga precisione altoatesina ed estro mediterraneo

102 Luoghi eccellenti **Bra, culla di Slow Food** Antiche origine e sfarzi barocchi fanno da sfondo alla piccola capitale del mangiar bene e bere meglio

110 Enoteca **Cirò** Le sue versioni di rosato, rosso e rosso Superiore e Riserva contengono luce, calore e armonia espressiva

116 Tecniche **Salse di pomodoro** Gustose salsine agrodolci da preparare con l'ortaggio del mese

120 Ispirazioni **Sali pregiati** Diversi per colore e gusto, esaltano il sapore dei piatti più raffinati

RUBRICHE 44 Made in Italy **Mozzarella di Gioia del Colle** Conoscere e gustare le eccellenze

54 Utile e dilettevole **Vasi per conserve** Storie di oggetti in cucina

85 Se il cibo cambia la terra **La casa dei Pesci** Buone azioni per vivere meglio

115 Food style lovers **Paella, storia e curiosità** Novità e tendenze on e off line





HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO

CHRISTIAN PIRCHER

CHEF STELLATO DALL'ETÀ DI 23 ANNI, È LO CHEF JRE DEL RISTORANTE KIRCHSTEIGER, A FOIANA, IN ALTO ADIGE. QUI MIXA PRODOTTI LOCALI CON INGREDIENTI CHE ARRIVANO DA LONTANO E ANTICIPA I DESIDERI DEI CLIENTI CON IDEE RAFFINATE E FATTIBILI. A PAGINA 98.

MARTINO CRESPI (E GLI CHEF)

RESPONSABILE DI EVENTI PER MARCHI DEL LUSSO, IN TEMPI DI COVID HA USATO IL SUO TALENTO PER L'ALLEVAMENTO DELLE LUMACHE: NE HA VOLUTO RILANCIARE L'IMMAGINE E L'USO IN CUCINA, AFFIDANDOLO ALLE MANI DI CHEF ILLUSTRI (COME ENRICO GERLI, PAOLO FROSIO E SILVIO BATTISTONI). LO RACCONTIAMO A PAGINA 46.

SALVATORE MARCHESI

GIORNALISTA, ED ESPERTO DI ENOGASTRONOMIA, HA SCRITTO DI CUCINA TRADIZIONALE E REGIONALE. A PAGINA 10 CI ACCOMPAGNA IN UN VIAGGIO ALLA SCOPERTA DELLE ANTICHE TECNICHE DI CONSERVAZIONE DEL PESCE, SOTTO SALE, MARINATO O AFFUMICATO.

indice delle ricette

SETTEMBRE 2021

Antipasti, pizze, focacce e torte salate

Baguette farcita con trota affumicata	20
Bruschette con salsa di pomodori verdi	118
Fichi al forno con miele e bresaola	77
Focaccia barese farcita con mozzarella	45
Focaccine con olive taggiasche	76
Millefoglie con feta e spinaci	76
Quiche di avocado, tonno e peperoni	95
Rose con caprino e pesto rosso	84
Scampi al sale di Cervia agrumato	121
Schiacciata con verdure alla piastra	109
Treccia con erbe, salsiccia e ricotta	84

Primi e piatti unici

Bowl di riso nero, ceci croccanti e salsa di avocado	95
Carnaroli integrale con purè di spinaci, lumache fritte e Gorgonzola dolce	51
Linguine con burro di nocciole e mazzancolle al chipotle	41
Linguine con colatura di alici, burrata e gamberi rossi	16
Lumache con crema di patate al mascarpone, finferli e aglio ursino	52
Maccheroni al ferretto con ragù di cavolfiore e 'nduja	36
Mezzi paccheri con verdure al forno, mascarpone e curry rosso	41
Parmentier di semolino, lumache al burro, cialda di barbabietola e foglie	49
Passato di cicerchie con fasolari, filetti di triglia e sale rosa	122
Pasticcio di fusilli alla puttanesca	41
Pennoni con ortaggi e pinoli	76
Risotto con ventresca di tonno e burro alla bottarga	20
Spaghetti al nero di seppia con ragù di polpo e salsiccia piccante	41
Spaghetti alla chitarra con pesto di spinacini e briciole alla paprica	38
Tajarin al ragù di salsiccia di Bra	106
Testaroli con sugo ai porcini	26
Zuppa di farro con porcini e castagne	26

Secondi

Avocado arrosto con condimento croccante e uovo	95
Cappelli di porcino farciti	26
Cervo cotto nel sale e fieno con purea di sedano rapa e funghi	100

Coniglio all'Arneis	106
Coniglio con acciughe sotto sale e peperoni	20
Fritto misto con acciughe	16
Galletti in crosta di sale di Trapani al peperoncino	122
Guacamole alle erbe con spiedini di pesce e verdure	96
Maiale in umido con porcini	112
Pane frattau estivo	83
Pollo ripieno di fichi con prugne e patate	76
Rotoli al forno con pollo e peperoni	83
Sarde ripiene con cipollotti	113
Sauté di calamari con sardella e mandorle	16
Sauté di verdure con pollo e zenzero	96
Tagliata con salsa vierge	118

Contorni, verdure, salse e confetture

Coulis di pomodori cotti	117
Melanzane speziate sott'olio	55
Nera di pomodoro	8
Salsa di pomodori verdi	117
Salsa Vierge	117
Teglia di cipolle e pomodori ripieni	114
Tomato ketchup	118
Verdure ripiene con coulis di pomodori cotti	118

Dessert e bevande

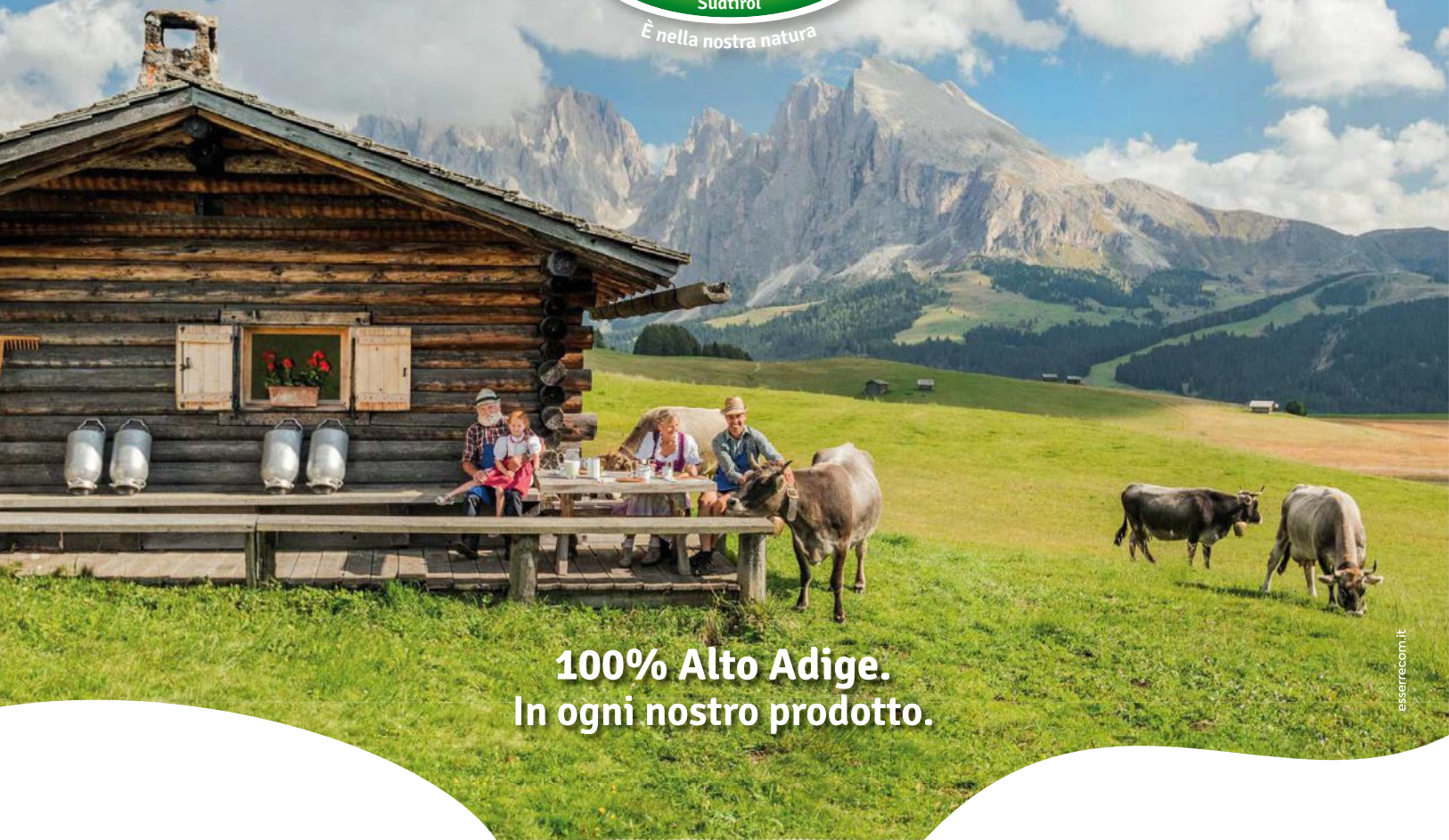
Bûnet	106
Brioscia col tuppò	30
Cake al cioccolato e avocado	96
Focaccia ai fichi, noci e cioccolato	67
Focaccia integrale al miele con pesche e mandorle	68
Lingue di gatto con sciroppo di vino rosso alla frutta	77
Schiaccia alla ricotta, prugne e rosmarino	67
Schiaccia briaca	67
Schiacciata con l'uva	63
Stroscia	68
Torta d'uva	77

Una nuova confezione,
unica come te.



Murgella presenta le nuove confezioni, uniche proprio come i suoi formaggi, realizzati attraverso la lavorazione tradizionale e naturale con siero innesto, l'ingrediente che è per il formaggio quello che per il pane è il lievito madre.





**100% Alto Adige.
In ogni nostro prodotto.**



Dalla nostra natura incontaminata, dalla semplicità delle lavorazioni, dalla cura rispettosa nascono le mozzarelle, la ricotta e il mascarpone Brimi. Gli unici realizzati con latte 100% Alto Adige.



Ve lo ricordate l'acido salicilico? Mia madre mi mandava in farmacia a prenderlo, segno che era arrivato il momento della passata di pomodoro: un rito di fine agosto che vedeva mia nonna e le sue due figlie marciare compatte in direzione dell'allora mercato all'ingrosso di corso Sardegna (a Genova), visionare forma, colore e maturazione dei pomodori e cercare il miglior rapporto qualità prezzo. Alla fine uscivano trionfanti con le cassette di perini trasportate da un omino. Fuori ad aspettarle mio nonno che, con la scusa del "non c'è parcheggio", rimaneva in attesa del rosso bottino. D'altra parte era un attore secondario, una comparsa, l'autista di tre signore che anche quell'anno avevano sventato fregature, fruttivendoli disonesti, comprando naturalmente i pomodori migliori. Era la metà degli anni '60 e da allora di tempo ne è passato ma la conserva di pomodoro resta sempre una tradizione tutta italiana che, nell'immaginario, parla di Sud come tutto il mondo pomodoro. Al contrario, esiste un'altra storia che vede Parma e dintorni come una vera enclave dell'ortaggio: dalla coltivazione alla conservazione e alla sua industrializzazione con marchi che ancora oggi troviamo al supermercato. Arrivato

in Italia dalla Spagna, dopo aver attecchito in Campania, Calabria, Puglia e Sicilia, il "pomo d'oro" dalla Sardegna (allora dominio spagnolo) arrivò in Liguria e da qui valicando l'Appennino trovò terreno fertile a Parma e Piacenza. Filippo Re, botanico e agronomo di Reggio Emilia, scrive nei primi anni dell'800 che dal frutto, "spremuta e spogliato dei semi, facendolo ispessire al fuoco" si ottiene "una conserva che si riduce a consistenza solida e viene adoperata moltissimo durante tutto il corso dell'anno".

Quando il pomodoro si fa a cubi

UN'INSOLITA CONSERVA
CI RAMMENTA COME
SI USASSE -E SI USI-
TRASFORMARE I FRUTTI
POLPOSI IN SCORTE
PER I MESI A VENIRE

di Laura Maragliano, ritratto di Gian Marco Folcolini, foto del piatto di Francesca Moscheni, in cucina Claudia Compagni

Invenzione contadina? Probabilmente il contrario, nobiliare. Non è un caso che nel 1832 il cuoco Vincenzo Agnoletti al servizio di Maria Luigia d'Austria, a Parma, pubblichi nel *Manuale del cuoco e del pasticcere* ben cinque ricette di conserva: di pomodoro al fresco, secca, liquida, in mattoncini e "pomodoro asciutti". E dai registri dell'amministrazione della Duchessa si sa che nel 1844 vennero preparati 80 vasi di conserva per un totale di 309 chili. Dunque il pomodoro si conservava nelle ville come in campagna, ma sul finire dell'800 dalla cottura con l'esposizione al sole fatta nelle aie, il pomodoro passò a quella delle caldaie per la gente di città. Era l'inizio dell'industrializzazione, incentivata dall'agronomo parmigiano Carlo

Rognoni che selezionò varietà adatte alla conserva, spingendo i contadini alla coltura in pieno campo e intuendo che per dare reddito alle campagne bisognava sostenere l'attività di trasformazione. L'intuizione fu recepita, ma le conserve continuarono anche a essere prodotte in casa, compresa quella a mattoncini, meglio conosciuta come "nera", "dura" o "sestuplo" perché era più che un super triplo concentrato. Non so se qualche signora ancora si cimenta; io ve ne propongo una versione semplificata che stuzzica la mia curiosità, visto che mi sono fatta tentare da una cassetta (una sola, meglio che niente) di rossi e tondi pomodori della Val Nure. Sceglierò la tradizione parmense o la versione di mia madre? Mattoncini o passata? Chi lo sa.

NERA DI POMODORO

FACILE
PER CIRCA 1 KG
PREPARAZIONE 20 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 6 ORE

5 kg di pomodori da conserva maturi

1 Lavate e asciugate i pomodori, tagliateli a tocchetti e passateli attraverso l'apposita macchina per fare la passata o attraverso un passaverdure montato con disco a fori piccoli.

2 Trasferiteli in una grossa casseruola e cuocete su fiamma bassa, mescolando spesso perché

non si attacchi al fondo, per molte ore finché la salsa si sarà ridotta a una pasta soda.

3 Versatela su un foglio di carta da forno, stendetela con una spatola in modo da ottenere una spessore di circa 4 cm e lasciate raffreddare. Quindi tagliatela a cubotti ed esponeteli al sole finché risulteranno asciutti. Avvolgeteteli in fogli di carta da forno o in pellicola per alimenti e conservate il concentrato al fresco.



La preparazione originale prevedeva di tagliare i pomodori a metà, esporli per alcuni giorni al sole su assi inclinati, quindi passarli in un colino. Alla polpa si univa il sale e 1 g di acido salicilico per ogni kg di polpa e si rimetteva sulle assi al sole, protetta da garze, mescolando di tanto in tanto fino a ottenere una consistenza tale da farne panetti.

SAPERNE DI PIÙ

Nel Comune di Collecchio (Pr), presso Corte Giarola si trova il Museo del pomodoro, ospitato in quella che era un'industria conserviera della prima metà del Novecento (pomodoro.useidelcibo.it/).



COSTADORO

**CONSERVARE
PROGREDIRE
COSTRUIRE**

Il futuro guarda
a un mondo sostenibile.

BEVI COSTADORO
SCEGLI IL BIO-VEGAN
RISPETTA L'AMBIENTE

DRINK
GREEN



vinicostadoro.it | seguici su  



TEMA DEL MESE

Piastrelle linea Zellige
China Lux e top cucina
Concrete Look di
Marazzi. Indirizzi
a pagina 124



pesce IN CONSERVA

SOTTO SALE, MARINATO CON OLIO
E SPEZIE, AFFUMICATO: TECNICHE
DIVERSE DA CUI SI OTTENGONO
SQUISITE ECCELLENZE CHE REGALANO
AI PIATTI UN TOCCO GOURMAND

a cura di Silvia Tatozzi, testo di Salvatore Marchese, ricette di Monica
Sartoni Cesari, foto di Francesca Moscheni, styling di Francesca Salvemini



L'

arte di conservare il pesce per mantenerne inalterate le qualità organolettiche è strettamente correlata all'identità territoriale dei luoghi di produzione e alla cultura delle rispettive comunità. Tali affinità, nel tempo, hanno favorito il consolidamento delle varie tecniche: l'essiccazione, l'uso del sale, la marinatura e l'affumicatura, con risultati gustativi lusinghieri e talvolta sorprendenti. Piuttosto significativo in tal senso è il caso del merluzzo. Il pesce dei mari del nord è entrato a far parte della nostra alimentazione dopo il Concilio di Trento, svoltosi tra il 1545 e il 1563, che si concluse con la riforma del calendario liturgico. Aumentarono i giorni stabiliti per il digiuno, al di là del periodo di Quaresima, nelle vigilie delle feste più importanti. L'astinenza dal cibo non riguardò, però, le creature degli abissi, il cui consumo era ammesso e la cui domanda aumentò. Per farvi fronte si incrementò l'importazione di merluzzo, conservato nelle due versioni: lo stoccafisso, il "pesce bastone", appeso ad asciugare all'aria fredda delle coste norvegesi, e il baccalà sotto sale, entrambi diventati protagonisti di prelibate ricette regionali come il baccalà alla vicentina e lo stoccafisso alla ligure.

La "salagione", tecnica antica

La pratica di conservare il pesce sotto sale era già nota al tempo dei Romani, anche se i primi documenti che ne parlano risalgono al Medioevo. Gli statuti delle città marinare liguri citano il "pisce salsa", utilizzato anche come merce di scambio, in particolare con il Piemonte, dove le acciughe sotto sale del mar Ligure sono diventate l'ingrediente di molti piatti tradizionali, come la bagna cauda. I pesciolini, puliti subito dopo la pesca vengono messi a maturare con il sale marino. Segue poi una fase di maturazione, che dura circa 2 mesi, durante la quale viene scolato il liquido che man mano si forma per sostituirlo con una salamoia alla giusta percentuale di sale. Risale a una tradizione antichissima anche la colatura di alici di Cetara, borgo di pescatori nel golfo di Salerno, oggi eccellenza gastronomica e presidio Slow Food. Pare derivi dal "*garum*": ne parla

il celebre gastronomo romano Marco Gavio Apicio, presunto autore del ricettario *De re coquinaria*, la cui esatta composizione, tuttavia, è rimasta ignota. Si ipotizza fosse ricavato dalla lavorazione di acciughe, sale e altre sostanze. Da qui potrebbe essere nata l'intuizione della colatura, una squisitezza che prevede un procedimento paziente e preciso: le acciughe fresche vengono private della testa ed eviscerate a mano, al massimo entro 8 ore dalla cattura. Poi, sempre manualmente, si dispongono in botticelle di legno chiamate terzigni (un terzo di botte), a strati alterni con abbondante sale marino, e poi si pressano con un coperchio e alcuni pesi. Durante i 4-5 mesi di maturazione, i pesci producono un liquido sapido dal gusto forte di mare, la colatura, spillata dai terzigni attraverso un foro, raccolta in contenitori e talvolta affinata per concentrare il sapore. Non per nulla, ne bastano minime quantità per dare slancio a diverse pietanze di pesce o verdure. La ghiotta passerella dei pesci conservati sotto sale trova una logica conclusione nel vigore espressivo della bottarga, che si ottiene dalla lavorazione delle sacche ovariche del tonno o del muggine, pulite, messe sotto sale, pressate e poste ad asciugare. Grattugiata, o a fettine, si sposa deliziosamente con primi e risotti di mare.

Le altre conserve di tradizione

Tra le varietà di pesce in conserva più pregiate non si può non citare la ventresca di tonno sott'olio, per la quale si utilizza la parte più nobile del pesce, quella che si ricava dai muscoli del ventre. La tipologia che si adatta meglio per la conservazione sott'olio è quella con le "pinne rosse". Pulita e cotta con cura, la ventresca è ripartita in filetti, tenendo presenti le esigenze commerciali. Un'autentica chicca è la sardella, una prelibatezza calabrese che deriva dalla sapiente lavorazione del novellame di acciughe e sardine, marinato con peperoncino, finocchio selvatico e sale. Un discorso a parte merita l'affumicatura, un processo antichissimo che sottopone il pesce all'azione del fumo della combustione lenta e senza fiamma di trucioli di legni non resinosi. Un esempio è dato dalla concia del pescespada. Le fette, preparate adeguatamente, vengono prima coperte di zucchero e sale. Segue il passaggio in forno per eliminare ogni traccia di umidità e infine si passa alla fase finale, fatta esclusivamente con trucioli di legno di faggio.

*Salvatore Marchese,
giornalista ed esperto di enogastronomia*

Piastrelle Zellige China
Lux di Marazzi.
Indirizzi a pagina 124

RISOTTO CON VENTRESCA
DI TONNO E BURRO ALLA
BOTTARGA

pag. 20



Piano Eclettica decoro
carioca white di
Marazzi.
A destra, piano con
piastrelle Zellige argilla
di Marazzi; a parete,
Eclettica decoro Etoile
blue di Marazzi.
Indirizzi a pagina 124







Fernando Foïs

NEL 2003 HA FONDATA LA SOLKY AFFUMICATI E SALATI, UN PICCOLO "ATELIER" SULL'ISOLA DI SANT'ANTIOCO, IN SARDEGNA, SPECIALIZZATO NELLA TRASFORMAZIONE DEI PRODOTTI ITTICI DEL MEDITERRANEO: BOTTARGA, TONNO SOTT'OLIO E VARI AFFUMICATI COME LO SPADA E LA CERNIA. **COME SI È AVVICINATO A QUESTO MONDO?** SONO UN AUTODIDATTA: PER 40 ANNI MI SONO DEDICATO A TUTT'ALTRO, COLTIVANDO PARALLELAMENTE LA PASSIONE PER IL PESCE E LE ANTICHE TECNICHE DI CONSERVAZIONE: LA BOTTARGA, FRUTTO INGEGNOSO DELL'IMMAGINAZIONE CULINARIA DEI FENICI, APPRODATI IN EPOCA ASSAI REMOTA SULLE COSTE DELLA SICILIA E DELLA SARDEGNA; IL TONNO SOTT'OLIO, IL TONNO AFFUMICATO E IL "MUSCIAME", CHE UNA VOLTA ERA ESSICCATO ALL'ARIA. **QUALI SONO LE SUE LINEE GUIDA?** LA SCELTA GIUDIZIOSA DELLE MATERIE PRIME: I MIGLIORI ESEMPLARI, UN BUON OLIO D'OLIVA PER LA CONSERVA, IL SALE DI SARDEGNA E I TRUCIOLI DI LEGNO SARDO PER L'AFFUMICATURA. **COME SI RICONOSCE UN BUON TONNO SOTT'OLIO?** I TRANCI DI TONNO IN CONSERVA DEVONO ESSERE COMPATTI. IL TOP SONO I FILETTI DI VENTRESCA, TENERISSIMA.

LINGUINE CON COLATURA DI ALICI, BURRATA E GAMBERI ROSSI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
615 CAL/PORZIONE

320 g di linguine – 500 g di pomodorini gialli – 2 spicchi d'aglio – 10 g di colatura di alici di Cetara + qualche goccia per i gamberi – 24 gamberi rossi – 1 burrata – succo di limone – granella di pistacchi – 1 ciuffo di basilico – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate i pomodorini, metteteli in una ciotola e schiacciateli con le mani. Fate rosolare gli spicchi d'aglio sbucciati e tritati in una padella con un filo di olio, unite i pomodorini e cuoceteli a fuoco vivo, finché il fondo di cottura si addenserà leggermente. Profumate con qualche foglia di basilico spezzettata, insaporite con la colatura di alici, poco sale e una macinata di pepe.
2 Sgusciate i gamberi, mantenendo attaccate le codine, eliminate il filetto nero sul dorso con uno stecchino, sciacquateli e asciugateli. Conditeli con un filo di olio, qualche goccia di succo di limone e di colatura di alici, poco sale, pepe e fateli marinare per 10 minuti.
3 Lessate le linguine al dente in abbondante acqua bollente salata, sgocciolatele e saltatele nella padella con il sugo. Suddividete la pasta nei piatti e distribuite su ciascuno 6 gamberi rossi, 1/4 della burrata a fiocchetti, qualche foglia di basilico e poca granella di pistacchi e servite.

FRITTO MISTO CON ACCIUGHE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA + IL RIPOSO
COTTURA 50 MINUTI
1100 CAL/PORZIONE

per le polpettine 200 g di mozzarella a dadini – 150 g di mollica di pane – 100 g di grana padano Dop grattugiato – 1 uovo – prezzemolo – 90 g di filetti di acciuga in salsa piccante – 10 pomodori secchi sott'olio – pangrattato – sale – olio di semi di arachide
per i panzerotti 25 g di lievito di birra fresco – 200 g di farina 0 – 200 g di farina Manitoba – 100 g di ricotta di pecora – 30 g di grana padano Dop grattugiato – 100 g di mozzarella – prezzemolo – 45 g circa di filetti di acciuga sott'olio – olio di semi di arachide – sale
per gli involtini 2 melanzane – farina per infarinare – 1 uovo – 200 g di mozzarella a dadini – 45 g circa di filetti di acciuga sott'olio – olio di semi di arachide – sale

1 Per le polpette, frullate la mozzarella al mixer con la mollica di pane spezzettata, il grana, l'uovo sgusciato, una manciata di foglie di prezzemolo tritate e un pizzico di sale. Mettete il composto in freezer per circa 15 minuti, poi formate delle polpettine, inserendo all'interno di ognuna un pezzetto di filetto di acciuga in salsa piccante e uno di pomodoro secco. Passatele nel pangrattato e mettetele in freezer fino al momento di usarle.

2 Per i panzerotti, sciogliete il lievito in 100 ml di acqua frizzante, amalgamate 2 cucchiaini di farina 0 e 2 di Manitoba e impastate. Lasciate lievitare per circa 30 minuti. Impastate le farine rimaste con il panetto lievitato, 100 ml di acqua minerale frizzante e un pizzico di sale e lavorate la pasta, fino a ottenere una palla; mettetela in una ciotola, copritela con pellicola e lasciatela lievitare per 1 ora e 30 minuti fino a farla raddoppiare di volume. Preparate intanto il ripieno: mescolate la ricotta con il grana, la mozzarella e il prezzemolo, tritati, e sale. Sgonfiate la pasta senza lavorarla troppo e stendetela sottile. Ricavate dei dischi da circa 10 cm di diametro con un tagliapasta, farcite ciascuno con il ripieno e con un filetto di acciuga sott'olio. Richiudete a mezzaluna e sigillate i bordi premendo con i rebbi di una forchetta.
3 Per gli involtini, sbucciate le melanzane, tagliatele a fette non troppo sottili, nel senso della lunghezza. Infarinatetele, passatele nell'uovo rimasto, sbattuto, e friggetele nell'olio di semi bollente. Sgocciolatele su più strati di carta da cucina, salatele, farcite ciascuna suddividendo la mozzarella rimasta e i filetti di acciuga sott'olio avanzati. Arrotolate le melanzane a involtino e disponeteli in una pirofila foderata di carta da forno. Infornate per 10 minuti a 180°.
4 Friggete intanto i panzerotti, pochi alla volta, in olio di semi bollente, girandoli a metà cottura. Sgocciolateli su carta assorbente e, nello stesso olio, friggete le polpettine, poche alla volta, sgocciolandole su carta assorbente. Disponete i 3 fritti in un piatto da portata e servite, a piacere, con insalatine novelle e pomodorini.

SAUTÉ DI CALAMARI CON SARDELLA E MANDORLE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
320 CAL/PORZIONE

1 kg di calamari – 3 spicchi d'aglio – 4 cucchiaini di sardella calabrese – 1 ciuffo di maggiorana fresca – 1 ciuffo di prezzemolo – vino bianco – 4 cucchiaini di mandorle a lamelle – olio extravergine d'oliva – sale

1 Pulite i calamari, togliendo dalle sacche la parte cartilaginosa e svuotandoli. Privateli degli occhi, tagliandoli con le forbici e dell'eventuale becco al centro dei tentacoli. Lavateli con cura dentro e fuori e tagliateli a striscioline.
2 Fate rosolare l'aglio sbucciato e tritato in una padella con un filo di olio, unite i calamari e saltateli a fuoco vivo. Irrorateli con 100 ml di vino bianco e fate evaporare.
3 Proseguite la cottura per altri 5 minuti e completate con la sardella, mescolando. Spolverizzate con le foglie di maggiorana, il prezzemolo tritato grossolanamente e le lamelle di mandorle, tostate a parte in un padellino senza condimento. Servite il sauté, se vi piace, con fette di pane casareccio tostate.

SAUTÉ DI CALAMARI CON
SARDELLA, MAGGIORANA
E MANDORLE

Piastrelle Scenario,
decoro tappeto blu
di Marazzi.
Indirizzi a pagina 124



Piano Eclettica decoro carioca white di Marazzi;
parete Zellige china lux e argilla di Marazzi.
A destra, piastrelle Zellige china lux di Marazzi; in cucina top Grande Concrete Look sand di Marazzi.
Indirizzi a pagina 124





BAGUETTE FARCITA CON
TROTA AFFUMICATA

pag. 20



L'antico mestiere dell'acciugaio

CELLE DI MACRA È UN PICCOLO PAESE DELLA VALLE MAIRA, NEL CUNEESE. NELLA FRAZIONE PRINCIPALE, A PIÙ DI 1000 METRI DI ALTITUDINE SUL LIVELLO DEL MARE, SI TROVA IL MUSEO MULTIMEDIALE SELES DEI MESTIERI ITINERANTI, CHE DOCUMENTA E RACCONTA L'ATTIVITÀ DEGLI ACCIUGAI.

GLI ACCIUGAI DELLA VAL MAIRA I VENDITORI DI PESCE PARTIVANO VERSO LA FINE DI SETTEMBRE TRAINANDO IL CARATTERISTICO CARRETTO COLMO DI BARILOTTI DI ACCIUGHE. INTRAPRENDEVANO INTERMINABILI PERCORSI TRA NEVE, NEBBIA E FANGO TRA LE LANGHE E L'ASTIGIANO. L'ATTIVITÀ DEGLI ACCIUGAI OFFRE NUMEROSI SPUNTI DI RIFLESSIONE, CHE VANNO AL DI LÀ DELLE PIÙ SQUISITE RAGIONI GASTRONOMICHE.

IL PERCORSO LUNGO LE "VIE DEL SALE" È FACILE RICORDARE, PER ESEMPIO, GLI IMPERVI TRAGITTI DESTINATI A COLLEGARE IL PONENTE DELLA LIGURIA CON IL PIEMONTE, SENTIERI SCOSCESI E POCO BATTUTI, CHIAMATI LE "VIE DEL SALE". E IL TIMORE, PER COLORO CHE SI AVVENTURAVANO NEL FATICOSSO VIAGGIO, DELLA POSSIBILE COMPARSA DELLE "BASURE", LE STREGHE NASCOSTE NELLE GROTTI SULLE ALTURE CIRCOSTANTI. SEMPRE INCOMBENTE, INOLTRE, ERA IL PERICOLO DELLE ISPEZIONI DEI DOGANIERI SULLA MERCE TRASPORTATA PER SCOPRIRE SE SOTTO LE ACCIUGHE FOSSE NASCOSTO IL SALE DA CEDERE DI CONTRABBANDO.

CONIGLIO CON ACCIUGHE SOTTO SALE E PEPERONI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
COTTURA 1 ORA E 30 MINUTI
680 CAL/PORZIONE

1,5 kg di coniglio già tagliato a pezzi – 1 cipolla – 1 carota – 1 costa di sedano – 1 mazzetto aromatico (alloro, salvia e rosmarino) – 4 acciughe sotto sale – 6 fettine di lardo – 2 peperoni rossi + 2 gialli + 1 verde – 2 bicchieri di vino bianco – 3 spicchi d'aglio – brodo vegetale – burro – aceto – olio di semi di arachide per friggere – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lavate i pezzi di coniglio in acqua e aceto e asciugateli. Scaldare in una larga padella 3-4 cucchiai di olio e una noce di burro, aggiungete il mazzetto aromatico e la cipolla, la carota e il sedano puliti e tagliati a pezzi grossi. Disponete nella padella i pezzi di coniglio salati e pepati, coprite con carta da forno e appoggiateli sopra una padella un po' più piccola con un peso all'interno. Fate rosolare a fuoco basso per 8-10 minuti. Girate la carne, unite le fettine di lardo, rimettetevi sopra la carta da forno e la padella con il peso dentro e rosolate ancora per 8-10 minuti.

2 Lavate le acciughe sotto acqua corrente: apritele a libro, eliminate le lisce e le eventuali tracce di interiora, mettetele per 5 minuti in acqua e aceto e poi fatele asciugare su carta da cucina. Rosolate l'aglio sbucciato e tritato con un filo di olio e una noce di burro, unite le acciughe e fatele sciogliere a fuoco basso.

3 Lavate i peperoni, asciugateli e friggeteli interi in una pentola con abbondante olio di semi. Scolateli, fateli intiepidire ed eliminate la pelle, aiutandovi con carta da cucina, poi piccioli, semi e nervature; infine tagliateli a quadrotti e uniteli al coniglio nella padella.

4 Irrorate la carne con il vino, unite anche il soffritto di aglio e acciughe, mescolate e cuocete ancora a fuoco basso con il coperchio per circa 40 minuti unendo, se necessario, un po' di brodo bollente. Infine regolate di sale e pepe e servite il coniglio in una pirofila scaldata in forno.

BAGUETTE FARCITA CON TROTA AFFUMICATA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 50 MINUTI
COTTURA NESSUNA
330 CAL/PORZIONE

8 fettine di trota salmonata affumicata – 1/4 di cavolo cappuccio – 2 carote – 2 finocchi – 2 baguette – 1 cucchiaio di zucchero – 100 g di misticanza – 1 arancia non trattata – 4 cucchiai di maionese – 2 cucchiai di panna acida – 2 cucchiai di senape al miele – aceto di mele – 1 cucchiaio di semi di carvi (kummel) – erba cipollina – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Tagliate a listarelle fini il cavolo cappuccio con un pelapatate; sbucciate le carote e grattugiatele a julienne. Pulite i finocchi e tagliateli a julienne. Trasferite le verdure in uno scolapasta, salatele e aggiungete lo zucchero. Lasciatele riposare per circa 20 minuti, in modo che perdano gran parte dell'acqua di vegetazione, poi strizzatele.

2 Mescolate alla maionese la panna acida, sale, pepe, senape al miele, scorza e succo dell'arancia. Condite le verdure strizzate con un filo di olio, aceto, sale e pepe, mescolate e completate con la maionese all'arancia. Stendete le fettine di trota sul piano di lavoro, farcitele con le verdure a julienne e arrotolatele a involtino.

3 Tagliate le baguette a metà, in senso verticale e svuotatele della mollica, poi tostatele leggermente. Farcitele con uno strato di misticanza; distribuite con gli involtini di trota, spolverizzate con i semi di carvi, l'erba cipollina tagliuzzata con le forbici e un filo di olio e servite a trancetti.

RISOTTO CON VENTRESCA DI TONNO E BURRO ALLA BOTTARGA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
630 CAL/PORZIONE

per il burro alla bottarga 80 g di burro morbido – 60 g di bottarga di tonno – 1/2 limone non trattato – 2 rametti di maggiorana – 1 ciuffo di basilico – 1 ciuffo di prezzemolo

per il risotto 280 g di riso Carnaroli – 1 spicchio di zucca mantovana – 1 cipolla – 140 g di ventresca di tonno sott'olio (peso sgocciolato) – 2 cucchiai di uvetta – 2 cucchiai di pinoli tostati – brodo vegetale – vino bianco secco – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Montate il burro a temperatura ambiente in una ciotola con la bottarga grattugiata, le erbe aromatiche tritate e qualche goccia di succo di limone. Trasferite il burro su un foglio di carta da forno, formando un cilindro, e avvolgetelo a caramella nella carta da forno. Trasferitelo in frigo a indurire. Tostate intanto il riso in una padella senza condimento e tenetelo da parte.

2 Private la zucca della scorza ed eventuali tracce di semi e filamenti, poi tagliatela a cubetti. Sbucciate la cipolla e tritatela.

3 Rosolate la cipolla tritata in una casseruola con un filo di olio, unite il riso tostato tenuto da parte e la zucca. Bagnate con il vino e fatelo evaporare. Coprite a filo con il brodo bollente, mescolate e proseguite la cottura del risotto unendo altro brodo e mescolando a ogni aggiunta.

4 Incorporate l'uvetta e la ventresca di tonno sgocciolata dall'olio di conservazione, tenendone da parte un po' per decorare. Cuocete per 2-3 minuti e mantecate il risotto unendo il burro alla bottarga a pezzetti. Servite il risotto decorandolo con la ventresca di tonno tenuta da parte, i pinoli, pepe e, a piacere, foglioline di erbe aromatiche.



Il segreto di una ricetta gourmet.

Foxy Cartapaglia è l'ingrediente indispensabile delle ricette degli chef.

Grazie alla resistenza e all'assorbenza uniche, trasforma ogni fritto in un piatto straordinariamente delicato e leggero.

Per questo è l'asciugatutto scelto da Gambero Rosso.



TAPPE DEL GUSTO

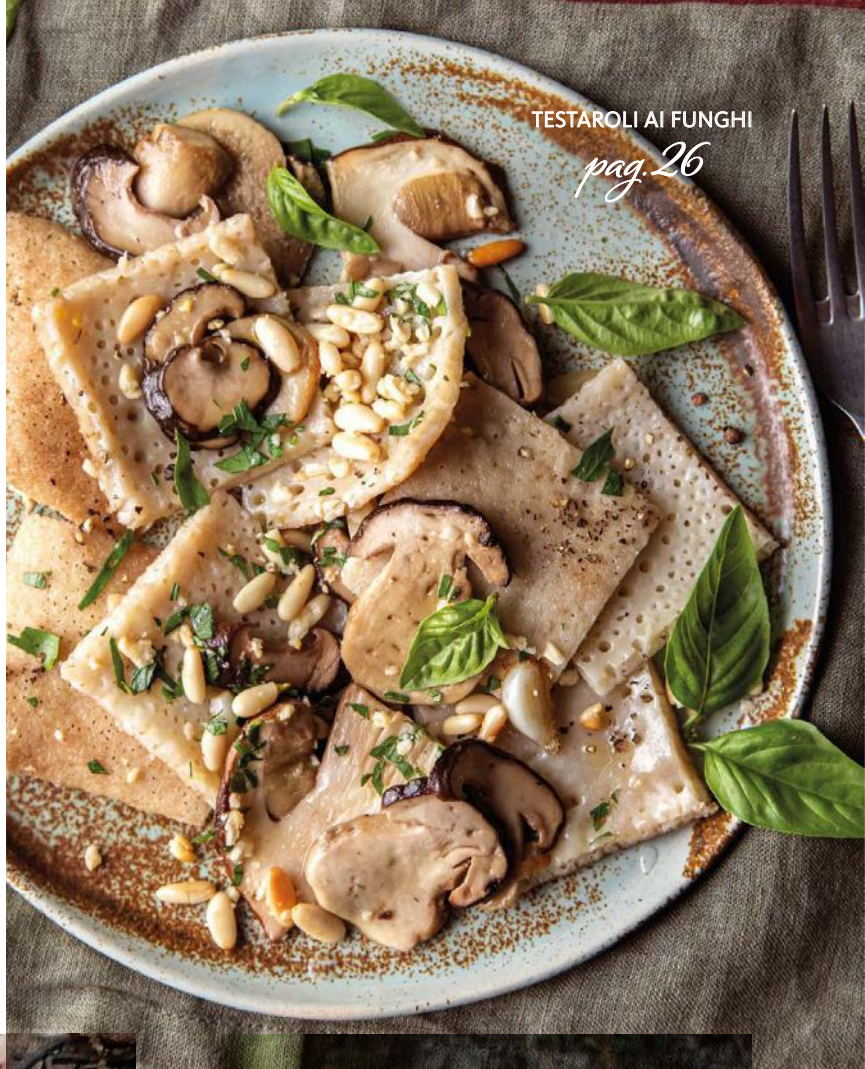
IL PORCINO DI Borgotaro

**TRA LE PROVINCE DI PARMA
E MASSA CARRARA NASCE
IL FUNGO A MARCHIO IGP
DIVENTATO UN'ECCELLENZA
DEL MADE IN ITALY**

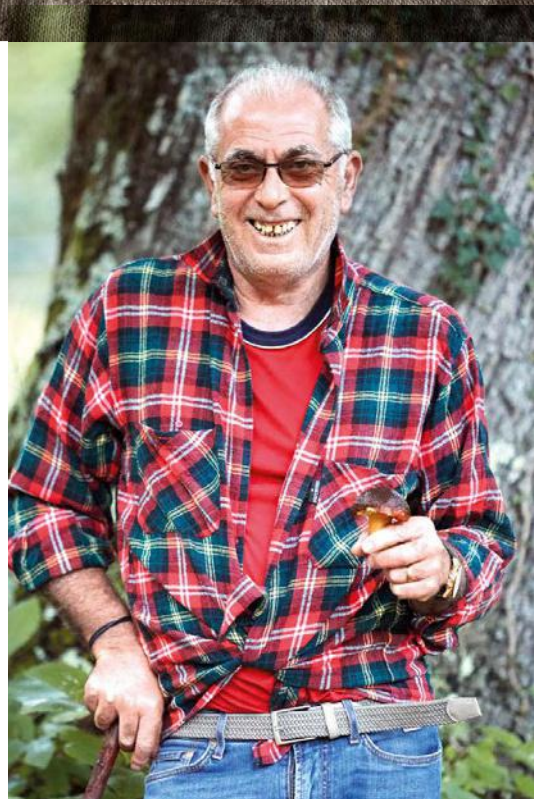
a cura di Silvia Tatozzi, testi di Riccardo Lagorio,
ricette di Giovanna Ruò Berchera, foto del servizio di Felice
Scoccimarro e dei piatti di Laura Spinelli. In cucina Livia Sala



Ilaria Bertolotti è la responsabile del controllo qualità di Borgolab, il Centro di raccolta autorizzato del fungo porcino di Borgotaro Igp: qui i cercatori portano i preziosi boleti che vengono accuratamente selezionati per ottenere il marchio europeo.



TESTAROLI AI FUNGHI
pag. 26



Qui sopra, Marino Tonelli, presidente della Cooperativa Giogallo di Pontremoli (MS), che regola la raccolta dei funghi nella riserva del Giogallo, gestita dalla omonima Cooperativa.



CAPPELLI FARCITI

pag. 26

Qui sotto, Mario Marini, proprietario e chef de Il Cielo di Strela, azienda agricola biologica sulle colline parmensi, dove gustare i migliori piatti della tradizione a base di porcini, con qualche rivisitazione moderna.



Qui sopra, Luciano Sabini, presidente del Consorzio di Tutela del Fungo Porcino Igp, creato nel 1995 per promuovere e garantire questo tesoro del sottobosco con un rigido Disciplinare di produzione.



ZUPPA DI FARRO
CON PORCINI E CASTAGNE

pag. 26

L'autunno bussa alle porte e per gli appassionati cercatori di funghi questa è la stagione che serba maggiori soddisfazioni. Da nord a sud. Ma esiste un'area nel nostro Paese davvero speciale per la raccolta, un territorio che ha ottenuto l'unico riconoscimento di tutela dell'Igp conferito dall'Unione europea a questa risorsa dei boschi. È l'ampia fascia forestale tra le province di Parma e Massa Carrara che, dall'altezza di 600 metri, raggiunge i crinali dell'Appennino sfiorando i 1800 metri del monte Bue, caratterizzata sul versante parmense dalla millenaria presenza delle *comunalie*, antico istituto giuridico che ancora oggi regola il godimento delle risorse della foresta. Nel 1957, infatti, è stato costituito il Consorzio Comunalie parmensi, un ente che associa i piccoli territori in proprietà collettive, tutelandone il patrimonio attraverso la gestione sostenibile degli ampi boschi comuni della valle e la raccolta dei frutti del sottobosco. Sul versante toscano, invece, a disciplinare l'accesso alle selve è la Cooperativa Giogallo di Pontremoli. Per raggiungere i luoghi di raccolta esistono strade percorribili in automobile e con fuoristrada. "I funghi che vengono identificati con l'Igp fanno parte del genere *boletus*, i porcini", spiega Luciano Sabini, presidente del Consorzio di Tutela del Fungo di Borgotaro Igp. Solo quattro specie delle oltre 300 esistenti sono associabili al marchio comunitario e la loro crescita si concentra da settembre a fine novembre. "Le modalità di ottenimento dell'Igp sono abbastanza complesse e prevedono l'iscrizione delle particelle catastali sulle quali avviene la raccolta in un apposito registro e la registrazione delle persone fisiche o giuridiche abilitate" prosegue. Infine, prima di essere immessi nel circuito commerciale, i funghi sono sottoposti a ispezione da parte di un micologo. Per apprezzare le diversità di paesaggio, che dà luogo alle quattro varietà diverse di porcini, si possono salire i territori delle *comunalie* parmensi di Boschetto nel Comune di Albareto o i boschi della frazione Succisa di Pontremoli: dai castagneti presenti alle quote inferiori (dove alligna prevalentemente il *Boletus aestivalis*) ai querceti e faggeti (*Boletus pinicola* e *Boletus aereus*) sino alle abetaie (*Boletus edulis*).

Una volta raccolti, i funghi candidati a ottenere l'Igp vengono portati a Borgolab, a Borgo Val di Taro, centro di raccolta autorizzato del Fungo porcino Borgotaro Igp. "In primo luogo si procede a selezionare i funghi adeguati all'ottenimento del marchio europeo in base alla varietà. Successivamente si distinguono in base alla dimensione, consistenza e assenza di alterazioni dovute a larve", spiega Ilaria Bertolotti, responsabile del controllo qualità. I funghi Igp venduti freschi si riconoscono per essere disposti in una cassetta di legno con una retina anti effrazione e sigillata con una fascetta che riporta il marchio del Consorzio. Qualora i funghi vengano essiccati riportano tre menzioni qualitative (extra, speciali e commerciali, in virtù del colore, dal crema al marrone scuro, dei tramezzetti di larve e dalla presenza di briciole). "In linea di principio da 1 chilogrammo di prodotto fresco si ottengono 100 grammi di funghi essiccati" chiarisce. Il luogo di incontro per gli amanti dei frutti del sottobosco è La Bottega del Fungo, in centro a Borgo Val di Taro: Monica Bruschi, la proprietaria, è in grado di consigliare le migliori tipologie di fungo essiccato per ciascun piatto. Non distante, a Porta Portello, il lunedì mattina i cercatori di funghi locali si davano appuntamento come luogo di scambio dei porcini secchi ancora sul finire degli anni Sessanta, a riprova del legame storico tra il fungo e questi monti. L'indirizzo giusto per apprezzare la cucina del territorio è l'Agriturismo Il Cielo di Strela. Qui lo chef Mario Marini propone una cucina del territorio con qualche rivisitazione in chiave moderna. "Il Fungo di Borgotaro Igp ricopre un'importanza fondamentale per la nostra comunità ed è protagonista delle ricette di tradizione: dal crostaceo con Taleggio Dop e funghi, alle tagliatelle con pasta di salame e la spalla di maiale con crema di funghi". I tempi e la quantità di raccolta dipendono dalle condizioni meteorologiche, ma un viaggio nelle terre del Fungo di Borgotaro Igp, di questa stagione, non deluderà nessuno.

le nostre scelte

Consorzio Comunalie Parmensi

Via Nazionale, 54
Borgo Val di Taro (PR)
Telefono 052590155

Borgolab

Via Campo Fortuna, 1
Borgo Val di Taro (PR)
Telefono 0525921132

La Bottega del Fungo

Via Nazionale, 66
Borgo Val di Taro (PR)
Telefono 052596898

Agriturismo Il Cielo di Strela

Strada Costalta, 62
Compiano (PR)
Telefono 3482885159

TESTAROLI CON SUGO AI PORCINI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
460 CAL/PORZIONE

500-600 g di testaroli – 400 g di funghi porcini mediamente maturi – 30 g di pinoli – 1 spicchio di aglio – 1 ciuffo di basilico – 2 ciuffi di prezzemolo – 3 rametti di maggiorana – olio extravergine d'oliva – sale

1 Raschiate la base dei funghi con un coltellino per eliminare la parte terrosa, poi passateli con un panno umido risciacquato ripetutamente e strizzato in modo da eliminare ogni residuo di terra. Qualora fossero molto sporchi, passateli ad uno ad uno sotto un filo di acqua, senza immergerli e senza bagnare i tuboli sotto il cappello.

2 Affettate i funghi e fateli saltare a fiamma media in una larga padella con un filo di olio e l'aglio sbucciato per un paio di minuti. Regolate di sale e cuocete per altri 2-3 minuti a fuoco medio, mescolando spesso (la fiamma va regolata in modo che non brucino e non emettano troppa acqua). A cottura ultimata, aggiungete i pinoli, una manciata di foglie di basilico, prezzemolo e maggiorana tritate.

3 Tagliate i testaroli a losanghe da 4-5 cm di lato, immergeteli in abbondante acqua salata in ebollizione, cuoceteli per circa 1 minuto dalla ripresa dell'ebollizione (o per il tempo indicato sulla confezione), scolateli con un mestolo forato e trasferiteli man mano nella padella con il sugo preparato. Mescolate delicatamente e servite nei piatti individuali completando, a piacere, con un filo d'olio e 1 cucchiaino di parmigiano reggiano Dop grattugiato.

CAPPELLI FARCITI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
390 CAL/PORZIONE

4 grossi porcini dal cappello medio-grande (o 8 medi) – 1 spicchio d'aglio – 250 g di carne macinata di manzo – 100 g di mollica di pane raffermo – 1 uovo – 3 cucchiaini di parmigiano reggiano Dop grattugiato – brodo – 2 ciuffi di prezzemolo – 1 ciuffo di mentuccia – 4 foglie di castagno o di vite – burro – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Pulite i funghi, passateli con un panno umido (se sono molto sporchi lavateli sotto un filo di acqua facendo attenzione a non far penetrare acqua nei gambi); poi tagliate i gambi separandoli dai cappelli. Scavate leggermente i cappelli asportando la parte del gambo che vi penetra.

Tagliate 200 g di gambi a cubetti piccolissimi (mettete da parte gli altri per un'altra preparazione). Fateli saltare in padella per 2-3 minuti con 1 cucchiaino di olio, una noce di burro e l'aglio sbucciato (che poi eliminerete).

2 Fate ammorbidire la mollica di pane nell'uovo, sgusciato e sbattuto, aggiungendo 2-3 cucchiaini di brodo se fosse troppo asciutto. Trasferite la carne macinata in una ciotola, unite i funghi saltati, il prezzemolo e la mentuccia tritati, il parmigiano, il mix di uovo e pane, sale e una macinata di pepe e amalgamate bene gli ingredienti.

3 Insaporite i cappelli dei porcini con poco sale e pepe, poi farciteli con la farcia preparata coprendo anche parzialmente i tuboli, in modo da mantenere pulito circa 1 cm di bordo. Disponeteli in una pirofila foderata con foglie di castagno o di vite e irrorateli con un filo di olio (o, a piacere, burro fuso). Cuoceteli in forno a 170° per 25-30 minuti. Serviteli caldi o tiepidi.

ZUPPA DI FARRO CON PORCINI E CASTAGNE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 1 ORA
465 CAL/PORZIONE

300 g di porcini medio-piccoli – 150 g di castagne secche (o 400 g di castagne fresche) – 180 g di farro decorticato – 40 g di guanciale o pancetta tesa – 100 g di porro a rondelle – 1 piccola carota – 200 g di cavolo cappuccio – 1/2 costa di sedano – 1 ciuffo di prezzemolo – brodo vegetale – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Mettete a bagno separatamente, per 5-6 ore, il farro e le castagne (se utilizzate le castagne fresche, incidete la buccia, immergetele in acqua bollente per 2-3 minuti, quindi sbucciatele ancora bollenti).

Raschiate la base dei funghi con un coltellino per eliminare la parte terrosa, poi passateli ad uno ad uno sotto un filo di acqua senza immergerli (in questo caso si possono bagnare perché cuoceranno in un liquido).

Tritate, la pancetta con il porro, il sedano e la carota; tagliate a striscioline il cavolo cappuccio.

2 Mettete tutte le verdure e la pancetta (o il guanciale) in una casseruola a bordi alti con un filo di olio e fatele appassire a fuoco moderato per 4-5 minuti, mescolando continuamente.

Aggiungete il farro e le castagne (se utilizzate le castagne fresche, unitele dopo 15-20 minuti), versate brodo sufficiente a coprire abbondantemente gli ingredienti e cuocete per 30-40 minuti, finché il farro inizierà a essere tenero e le castagne tenderanno a rompersi.

3 Aggiungete infine i funghi affettati, regolate di sale e proseguite la cottura per una decina di minuti. Spegnete, spolverizzate la zuppa con il prezzemolo tritato e lasciate riposare per 10 minuti. Servitela nei piatti individuali completando con una macinata di pepe e un filo d'olio.

Un altro passo insieme verso la sostenibilità.



Le vaschette e i coperchi dei Gelati Classici e Cremosi Conad e dei Gelati Sapori&Idee Conad sono riciclabili nella carta.

Il rinnovo dei packaging dei prodotti a marchio Conad è una delle tante azioni concrete con cui insieme "Sosteniamo il Futuro", il progetto di sostenibilità ambientale, sociale ed economica di Conad, un impegno concreto a favore del territorio, delle comunità e delle persone. Scopri di più su futuro.conad.it



CONAD
Persone oltre le cose

brioscia COL TUPPO

VOLUMINOSA E SOFFICE, LA SPECIALITÀ
SICILIANA, BUONISSIMA ANCHE
DA SOLA, D'ESTATE VIENE ARRICCHITA
CON GELATO O GRANITA

**servizio di Paola Mancuso, in cucina Livia Sala,
foto di Laura Spinelli, scelta del vino di Sandro Sangiorgi**





La pasta soffice e profumata agli agrumi della brioscia, magari appena sfornata e ancora calda, e la fresca cremosità di gelato o granita diventano un godurioso connubio di consistenze e temperature.

Morbida come un seno di donna

Non c'è romanzo di Andrea Camilleri in cui non si parli di cibo. Nella raccolta *Gli arancini di Montalbano* - già il titolo è tutto un programma - il commissario buongustai assaggia una tradizionale ghiottoneria dolce siciliana: "Scinnì, individuò un bar, s'assittò a un tavolino all'aperto, ordinò una granita di caffè e una brioscia. Passò tempo a taliare la gente, ordinò un'altra granita e un'altra brioscia. Poi, essendosi fatta l'ora, andò all'appuntamento".

La brioscia - a volte pronunciata "broscia" - altro non è che un prodotto da forno a doppia lievitazione simile alla brioche francese, della quale richiama anche il nome. Il primo segno distintivo che contraddistingue il dolce siciliano da altri lievitati è una sorta di cappellino tondeggiante, il tipico tuppo - altro termine che pare derivare dal francese toupin o toupet - che in dialetto indica la crocchia con cui un tempo le donne raccoglievano i capelli. In origine l'impasto della brioscia prevedeva l'utilizzo dello strutto, un tempo il grasso più facilmente disponibile e meno costoso, comunque capace di rendere l'impasto fragrante e saporito, in seguito sostituito dal più gentile burro.

Ma l'aspetto forse più caratterizzante della brioscia è che tradizionalmente viene gustata con le famose delizie sottozero isolane: farcita generosamente con gelato o abbinata alla granita, nelle tante varianti a base dei più tipici ingredienti locali, dalla mandorla, al pistacchio, al gelso, al limone. In entrambi questi casi, si badi bene, la brioscia non è un fine pasto, ma uno spuntino refrigerante buono a tutte le ore. Abbinata alla granita, poi, è la classica colazione dei siciliani, meraviglioso rituale irrinunciabile in estate che prevede, come primo gesto, di staccare il tuppo, il boccone più ambito e goloso, e di tuffarlo nella rattata (nome originario della granita).

Leggenda narra che la brioscia col tuppo fu creata da un anonimo cuoco di Santa Teresa di Riva (Messina) che nel darle la tipica forma si ispirò al seno di una donna. La ricetta appartiene infatti più alla tradizione popolare che agli antichi ricettari, dove non viene menzionata, e le sue origini non sono documentate. Tuttavia, già nel nome rivela un fil rouge con la Francia, verosimilmente portata in Sicilia dai monsù (storpiatura di monsieur), i raffinati cuochi d'Oltralpe che durante il regno delle Due Sicilie venivano chiamati a lavorare presso le case aristocratiche e che introdussero nella già ricca cucina siciliana nuove lavorazioni e ricette.



BERE GIUSTO

CON LA BRIOSCIA FARCITA DAL GELATO FUNZIONA BENE UN'ACQUAVITE CHE OFFRE UNA MAGGIORE PERSISTENZA DEL GUSTO: LA BOCCA, APPENA LIBERATA DAL FIOR DI LATTE, HA UNA TEMPERATURA BASSA. INTERVIENE PERCIÒ UN DISTILLATO DI FRUTTA SERVITO A 10° - ABBIAMO SCELTO LE SICILIANE PERE MOSCATELLO ESTIVO DI CAPOVILLA - CHE UNISCE LA FORZA ALCOLICA, RESISTENTE AL FREDDO, E UNA DIFFUSA SENSAZIONE RINFRESCANTE. LA BRIOSCIA VUOTA, DATA LA PERCEZIONE APPENA "ASCIUTTA" DELLA PASTA, CERCA AVIDAMENTE IL CONTATTO CON UN LIQUIDO FERMENTATO E IL VINO PASSULATA DI PANTELLERIA DELL'AZIENDA TANCA NICA È UN'OTTIMA SOLUZIONE.

Il maestro pasticciere

GIUSEPPE SPARACELLO, SICILIANO DOC, HA APERTO LA SUA PASTICCERIA (SPARACELLOSICILIA.COM) NEL 2007 NELL'ENTROTERRA PALERMITANO. LE SUE CREAZIONI HANNO AVUTO SUBITO SUCCESSO, TRA PROGRAMMI TV E PREMI, FINO AL PRESTIGIOSO TITOLO DI CAVALIERE CHE IL PRESIDENTE DELLA REPUBBLICA MATTARELLA GLI HA CONFERITO PER MERITI PROFESSIONALI NEL 2018. SPARACELLO È UN VERO MAESTRO DEI LIEVITATI: IL SUO PANETTONE, IN DIVERSE VERSIONI (COME QUELLO CON COPERTURA DI CREMA DI PISTACCHIO) È CONSIDERATO TRA I MIGLIORI D'ITALIA.

CI RACCONTI LA SUA BRIOSCIA. PER L'IMPASTO, UTILIZZO FARINA "0", BURRO, ACQUA, MIELE D'ARANCIA, UOVA, SCORZA GRATUGIATA DI ARANCIA E LIMONE E POCO SALE (5 GRAMMI OGNI KG). UTILIZZO IN QUANTITÀ MINIME ANCHE IL LIEVITO DI BIRRA FRESCO, PERCHÉ POI LASCIO LIEVITARE L'IMPASTO A LUNGO, FINO A 24 ORE. LA OFFRO CON CREMA DI RICOTTA O PASTICCERA. PER IL PANETTONE, INVECE, UTILIZZO LIEVITO MADRE PER VIA DELLE MAGGIORI DIMENSIONI.

NEL SUO LABORATORIO LEI PREPARA ANCHE LA GRANITA. ANCHE IN QUESTO CASO GLI INGREDIENTI SONO POCCHI E NATURALI. PER LA GRANITA DI LIMONE, LA PIÙ RICHIESTA, UTILIZZO SOLO SUCCO DI LIMONE FRESCO, ZUCCHERO E ACQUA. PER QUELLA DI PISTACCHIO USO IL PISTACCHIO DI RAFFADALI, CHE HA POCO HA OTTENUTO LA DOP, COLTIVATO POCO DISTANTE, IN PROVINCIA DI AGRIGENTO. PER TUTTI I MIEI PRODOTTI UTILIZZO MATERIE PRIME DI QUALITÀ DEL TERRITORIO, COME LA FARINA DI GRANO MAIORCA, UN'ANTICA VARIETÀ COLTIVATA IN SICILIA.

GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

ALCUNI LOCALI SICILIANI
CHE OFFRONO LA BRIOSCIA.

PASTICCERIA SPARACELLO

Corso Umberto I 167, Castronovo di Sicilia (Pa), tel. 3398228334
SULLA PALERMO-AGRIGENTO, È IL LOCALE DI GIUSEPPE SPARACELLO. OLTRE ALLA BRIOSCIA E ALTRI GOLOSI LIEVITATI, DA PROVARE I CROCCANTI ALLE MANDORLE, CASSATE, GRANITE E LA TORTA DEL PELLEGRINO (A BASE DI GRANO ANTICO SICILIANO, MANDORLE, RICOTTA, MIELE), DEDICATA AL TRATTO DI VIA FRANCIGENA CHE ATTRAVERSA 13 COMUNI DEL TERRITORIO. C'È UN'ALTRA SEDE A MUSSOMELI (CT).

CAFFÈ EUROPA

Corso Italia 304, Catania, tel. 095372655
FREQUENTATA PASTICCERIA-SALOTTO CON TAVOLI SOTTO I PORTICI. OFFRE GRANITA E BRIOCHE COL TUPPO (ANCHE MINI), IRIS (DOLCETTI FRITTI RIPIENI), RAVIOLE DI RICOTTA E PROPOSTE SALATE.

CAFFÈ COSTANZO

Via S. Spavento 7, Noto (Sr), tel. 0931835243
TAPPA D'OBBLIGO PER CHI PASSA DA NOTO E RICERCA UNA PASTICCERIA DI STAMPO TRADIZIONALE: CROCCANTI CANNOLI, RICCHE CASSATE E BRIOCHE COL TUPPO GRANDI E SOFFICI.

LA CUBANA

Via G. Pitre 141 a, Palermo, tel. 091213410
ANTICA PANETTERIA, OGGI LOCALE POLIVALENTE CON PROPOSTE SALATE E DOLCI: BRIOCHE COL TUPPO, SANMARTINELLI ALL'ANICE (BISCOTTI TIPICI) E MILLEFOGLIE PALERMITANI.

IL BIGNÈ

Via Calabria 66, Caltanissetta, tel. 0934592250
PASTICCERIA CHE OFFRE BRIOCHE COL TUPPO DA TUFFARE IN GRANITE ARTIGIANALI (ALLE MANDORLE, AL PISTACCHIO, AL GELSO) E RICOTTA FRESCA IN TUTTE LE DECLINAZIONI: CASSATINE, ROLLÒ, CANNOLI.



BRIOSCIA COL TUPPO

MEDIA
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI + IL RIPOSO
COTTURA 20 MINUTI

200 g di farina 00 – 300 g di farina Manitoba – 170 ml di latte fresco + quello per lucidare – 100 g di zucchero – 12 g di lievito di birra – 2 uova + 1 tuorlo per lucidare – 100 g di burro + quello per la lavorazione – 1 cucchiaino di miele – la scorza grattugiata di 1 arancia e di 1 limone non trattati – 5 g di sale fino – gelato per la farcitura (pistacchio, nocciola, fiordilatte, a piacere) oppure granita per accompagnare

1 Sbriciolate il lievito e fatelo sciogliere in poco latte intiepidito. Miscelate le due farine con lo zucchero e raccoglietele in una ciotola capiente. Versate a filo il latte restante, aggiungete il lievito e iniziate a impastare. Quindi, incorporate le uova, una alla volta, sempre lavorando.

2 Aggiungete il miele, le scorze di limone e d'arancia grattugiate, il sale e per ultimo incorporate il burro lasciato ammorbidire, 2-3 tocchetti alla volta, facendoli assorbire completamente prima di aggiungerne altri. Lavorate l'impasto fino a quando sarà liscio, lucido ed elastico (non dovrà attaccarsi alle pareti della ciotola) e formate una palla. Mettetela in una ciotola unta di burro, coprite con un canovaccio pulito e lasciate lievitare in un luogo caldo (25-28°) per 2-3 ore, fino a quando sarà raddoppiata di volume.

3 Suddividete l'impasto a pezzi di circa 100 g. Dividete ciascuna porzione in due, una più grande (circa 80 g) per il corpo e una più piccola (il "tuppo").

4 Lavorate le porzioni di pasta ripiegando la parte esterna dell'impasto verso l'interno e modellatele a pallina. Date alle palline piccole una forma "a goccia".

5 Premete le dita al centro delle palline grandi, fate un foro e inseritevi i "tuppi", dalla parte della punta, schiacciandoli delicatamente.

6 Sistemate le brioches su una placca foderata con carta da forno, ben distanziate, e fatele lievitare per almeno 1 ora nel forno spento con la luce accesa, fino a quando saranno raddoppiate di volume. Trascorso il tempo, sbattete il tuorlo con poco latte e spennellate delicatamente tutta la superficie delle brioches. Cuocetele nel forno già caldo a 180° per circa 20 minuti. Sfornatele e lasciatele raffreddare. Tagliatele le brioches lungo la circonferenza, lasciandole attaccate su un lato, e farcitele generosamente di gelato. In alternativa, servitele intere con granita.



PARTNER DI
MASTERCHEF ITALIA



MasterChef
The TV Series

OLIO EXTRAVERGINE FILIPPO BERIO. FIRMA I TUOI PIATTI MIGLIORI.

Perché fatto con l'esclusivo metodo Berio: qualità
sostenibile e tracciata, dal campo alla bottiglia.

 |  | filippoerio.it





gioielli di latte

TORNANO IN VILLA I CACI VENETI

Le grandi specialità casearie del Veneto saranno protagoniste della 17esima edizione di Caseus Veneti, la grande kermesse dedicata ai formaggi ospitata nella splendida Villa Contarini di Piazzola sul Brenta (Padova). Sabato 25 e domenica 26 settembre, oltre alla mostra mercato, i visitatori troveranno degustazioni e cooking show animati da 7 chef che daranno valore alle Dop venete, mentre un concorso decreterà i migliori formaggi suddivisi in 40 categorie. Tra questi, oltre alle Dop o Stg e ai presidi Slow Food, anche piccole produzioni locali e formaggi delle malghe che testimoniano tutta la biodiversità del territorio veneto. Caseus Veneti ospiterà inoltre prelibatezze di altre regioni grazie al Concorso nazionale formaggi di fattoria, dedicato alle piccole specialità italiane. L'ingresso alla manifestazione, promossa dalla Regione Veneto in collaborazione con i consorzi delle Dop, è gratuita. Info: caseusveneti.it

PATRIMONIO ECCELLENTE

UNA REGIONE, SETTE DOP

Sono Asiago, Casatella Trevigiana, Grana Padano, Montasio (a sinistra), Monte Veronese, Piave, Provolone Valpadana le specialità venete tutelate dal marchio europeo Dop.



CASEUS VENETI

Villa Contarini - Piazzola sul Brenta (PD)
25-26 SETTEMBRE 2021 - INGRESSO LIBERO

**TUTTA LA PASSIONE PER I FORMAGGI
IN UNA STRAORDINARIA VILLA VENETA**



Veneto
The Land of Venice

www.veneto.eu

DEGUSTAZIONI GUIDATE - MOSTRA MERCATO

Info segreteria CASEUS VENETI: Tel. 0422 422040 - info@caseusveneti.it - www.caseusveneti.it





paste *piccanti*

PEPERONCINO, 'NDUJA, PAPRICA, CHIPOTLE: NE BASTA UN
PIZZICO PER APPAGARE I PALATI IN CERCA DI EMOZIONI FORTI

a cura di Silvia Bombelli, ricette di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi, styling di Stefania Aledi

SPAGHETTI AL NERO DI
SEPPIA CON RAGÙ DI POLPO
E SALSICCIA PICCANTE

pag. 41



MACCHERONI AL FERRETTO CON RAGÙ DI CAVOLFIORE E 'NDUJA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

360 g di maccheroni al ferretto
– 300 g di cavolfiore – 1 scalogno – 1/2
costa di sedano – 400 ml di passata di
pomodoro – 50 g di 'nduja – 1 rametto
di rosmarino – fili di peperoncino (in
vendita nelle gastronomie più fornite)
– olio extravergine d'oliva – sale

1 Tritate sedano e scalogno e soffriggeteli in una casseruola con un filo di olio e un pizzico di sale. Stemperate la 'nduja nel soffritto, aggiungete la passata di pomodoro e fate cuocere a fiamma dolce per 20 minuti.

2 Grattugiate il cavolfiore con la grattugia a fori grossi e rosolatelo per 2-3 minuti con un filo di olio e qualche ciuffetto di rosmarino in una padella antiaderente. Unite il cavolfiore al sugo e fate insaporire per qualche minuto.

3 Cuocete intanto la pasta in abbondante acqua salata. Scolatela, conditela con il ragù, guarnitela con ciuffetti di rosmarino e fili di peperoncino.





LINGUINE CON BURRO
DI NOCCIOLE E
MAZZANCOLLE AL CHIPOTLE

pag. 41

SPAGHETTI ALLA CHITARRA CON PESTO DI SPINACINI E BRICIOLE ALLA PAPRICA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
560 CAL/PORZIONE

360 g di spaghetti alla chitarra – 100 g di spinacini – 150 g di mandorle pelate – 50 g di pecorino romano grattugiato – 1 spicchio di aglio – 1 fetta di pane tipo pugliese – paprica forte – 1 manciata di mandorle sgusciate – olio extravergine d'oliva – sale

1 Raccogliete nel bicchiere di un frullatore gli spinacini e le mandorle pelate spezzettate; aggiungete il pecorino, mezzo spicchio di aglio e un pizzico di sale. Frullate aggiungendo 50 ml di olio, poco alla volta, fino a ottenere una consistenza abbastanza fluida (diluite, se necessario, con poca acqua).

2 Private il pane della mollica e tritatelo nel mixer con il mezzo spicchio di aglio rimasto, un cucchiaino di paprica, un pizzico di sale e un filo di olio. Tostate le briciole ottenute in un padellino antiaderente con

le mandorle sgusciate e tritate grossolanamente.

3 Lessate gli spaghetti in abbondante acqua salata. Scolateli, conservando un po' di acqua di cottura e trasferiteli in una ciotola. Conditeli con il pesto di spinacini, mescolate aggiungendo poca acqua di cottura tenuta da parte e cospargete con le briciole croccanti. Servite.





PASTICCIO DI FUSILLI
ALLA PUTTANESCA

pag. 41



MEZZI PACCHERI
CON VERDURE
AL FORNO, MASCARPONE
E CURRY ROSSO

MEZZI PACCHERI CON VERDURE AL FORNO, MASCARPONE E CURRY ROSSO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

360 g di mezzi paccheri rigati
– 1 cipolla rossa – 1/2 porro – 1 broccolo
– 2 carote – 100 g di mascarpone –
1 cucchiaino di curry rosso in polvere –
olio extravergine d'oliva – sale

1 Pulite tutte le verdure e tagliatele a pezzettini. Riunitele in una ciotola e conditele con un filo di olio e un pizzico di sale. Mescolate, in modo che risultino tutte condite con un velo d'olio.

2 Trasferite le verdure su una placca foderata con carta da forno e cuocetele nel forno caldo a 180° per circa 20 minuti, girandole un paio di volte. Passate alla modalità ventilata e, dopo averle mescolate un'ultima volta, fatele asciugare in forno ancora per 5-6 minuti. Intanto, cuocete i mezzi paccheri in abbondante acqua salata, tenendo da parte un po' di acqua di cottura.

3 Raccogliete le verdure in un ciotola grande e cospargetele con il curry. Mescolate e unite un mestolino di acqua di cottura della pasta. Aggiungete anche il mascarpone e stemperatelo, bagnando se serve con poca acqua alla volta fino ad avere la giusta consistenza cremosa. Unite la pasta al condimento, mescolate bene e servite.

LINGUINE CON BURRO DI NOCCIOLE E MAZZANCOLLE AL CHIPOTLE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
600 CAL/PORZIONE

360 g di linguine – 300 g di code di mazzancolle – 2 cipollotti
– 200 g di nocciole tostate –
1 cucchiaino di chipotle in fiocchi
– olio extravergine d'oliva – sale

1 Tritate le nocciole in un mixer a impulsi, finché inizieranno a rilasciare l'olio e a diventare cremose. In alternativa a questo "burro" di nocciole, potete usare quello di arachidi pronto.

2 Tagliate i cipollotti a rondelle e rosolatele in una padella grande con un filo di olio e un pizzico di sale fino a farle appassire. Unite il chipotle e le code di mazzancolle sgusciate e private del filamento nero. Fate insaporire per 4-5 minuti e spegnete il fuoco.

3 Nel frattempo, cuocete la pasta in abbondante acqua salata. Scolatela e versatela nella padella con il condimento. Unite 2 cucchiaini di burro di nocciole, mescolate bene e servite.

PASTICCIO DI FUSILLI ALLA PUTTANESCA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 50 MINUTI
630 CAL/PORZIONE

360 g di fusilli – 400 ml di polpa di pomodoro – 1 spicchio d'aglio – 50 g di capperi sott'olio – 80 g di olive sott'olio – 1 mazzetto di prezzemolo – 1 peperoncino – 2 mozzarelle fiordilatte – 40 g di formaggio grattugiato (misto pecorino e parmigiano reggiano Dop) – 1/2 cucchiaino di zucchero – olio extravergine d'oliva – sale

1 Tritate il peperoncino con l'aglio e una manciata di foglie di prezzemolo. Fate soffriggere il trito con un filo di olio in un

tegame. Unite le olive e i capperi ben sgocciolati, la polpa di pomodoro e un pizzico di sale.

2 Fate sobbollire il sugo per circa 20 minuti a fiamma dolcissima. Se necessario, correggete l'acidità del pomodoro con un pizzico di zucchero.

3 Cuocete i fusilli al dente, scolateli e conditeli con il sugo. Olate una pirofila e riempietela con la pasta, alternandola a fettine di mozzarella e formaggio grattugiato. Passate nel forno caldo a 190° per 20 minuti e lasciate intiepidire un po' prima di servire.

SPAGHETTI AL NERO DI SEPPIA CON RAGÙ DI POLPO E SALSICCIA PICCANTE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
590 CAL/PORZIONE

360 g di spaghetti al nero di seppia
– 400 ml di polpa di pomodoro
– 1 spicchio di aglio – 200 g di salsiccia piccante – 300 g di polpo precotto
– 1 mazzetto di timo – 1/2 bicchiere di vino bianco – olio extravergine d'oliva – sale

1 Strofinare un tegame con lo spicchio di aglio schiacciato e scaldatevi un filo di olio. Unite la salsiccia sbriciolata e rosolatela per qualche minuto. Poi, aggiungete il polpo tritato grossolanamente, 2-3 rametti di timo e fate insaporire per qualche istante.

2 Sfumate con il vino, alzate la fiamma e lasciatelo evaporare. Unite la passata di pomodoro, un pizzico di sale e cuocete a fiamma bassa per 20 minuti.

3 Lessate intanto gli spaghetti in abbondante acqua salata, scolateli al dente e rovesciateli nel tegame. Mescolate bene, profumate con una manciata di foglioline di timo e servite.



Pagina 35: vassoio e piatto ovale Novità Home, piatto peperoncini Claylab, posate Mepra.
Pagina 36: ciotola e ciotolina Claylab, vassoio e ciotolina pepe MVH.
Pagina 37: piatti Asa-Selection, tovagliolo La Fabbrica del Lino, forchetta Pinti Inox, piattino briciole Serax.
Pagina 38: piatti Asa-Selection, tovagliolo La Fabbrica del Lino, forchetta Pinti Inox, piattino briciole Serax.
Pagina 39: teglia Zara Home.
Pagina 40: piatto fondo Asa-Selection, piatto Claylab, piattino Serax, forchetta Pinti Inox, tovaglioli La Fabbrica del Lino, fondo in gres Energieker. Indirizzi a pagina 124

Gli chef stellati e l'olio DOP Riviera Ligure



IVAN MANIAGO

Ristorante Impronta d'acqua – Cavi di Lavagna (GE)



Testar'olio DOP

Ingredienti per 4 persone

Testarolo: 100 gr. di farina 00, 50 ml d'acqua naturale, sale qb.

Sorbetto al sedano: 300 gr. di sedano a pezzi, 60 ml di acqua gassata, 60 ml di sciroppo 2:1, 3 gr. di sale, 5 gr. di aceto di lampone.

Pesto: 50 gr. pinoli, 1 spicchio d'aglio, 30 ml olio DOP Riviera Ligure, 10 mazzi basilico Genovese DOP lavato e asciugato, sale qb, 10 gr. di parmigiano.

Condimento: 2 fiori di zuccina, 30 gr. di fagiolini verdi, 30 gr. di fagiolini bianchi, 4 foglie di bietola, fiori misti, 2 ravanelli tagliati sottili, 1 zuccina cruda tagliata sottile, 6 capperi dissalati, 40 gr. di pesto, sorbetto al sedano qb, olio DOP Riviera Ligure qb.

Preparazione

Testarolo: mescolare tutti gli ingredienti e creare una pastella liscia e omogenea. Scaldare una padella antiaderente e posizionare un mestolo di pastella. Allargarlo fino a 3 mm circa e cuocere da entrambi i lati.

Sorbetto: mescolare tutti gli ingredienti e passare e in gelatiera fino a rapprendimento del sorbetto.

Pesto: frullare in un mixer tutti gli ingredienti fino ad ottenere un composto omogeneo.

Condimento: condire il testarolo con tutti gli ingredienti, a piacere, avendo cura di distribuirli in maniera omogenea per tutta la superficie. Aggiungere un filo d'olio DOP Riviera Ligure.

Vino in abbinamento: Cinque Terre Bianco DOC (da uve Bosco, Albarola e Vermentino), annata 2019.

GIORGIO SERVETTO

Ristorante Nove – Villa della Pergola – Alassio (SV)



Trombetta dell'Orto Rampante con ricotta di brigasca

Ingredienti per 4 persone

Zucchetta brasata: 4 zucchette trombette di Albenga piccole, sale qb, olio extravergine DOP Riviera Ligure qb, 1 spicchio di aglio di Vessalico, timo qb.

Cremoso: 2 zucchette trombette di Albenga, 1 spicchio di aglio di Vessalico, timo, olio DOP Riviera Ligure, sale qb.

Fiore: 4 fiori di zucchette trombette, 200 gr. di ricotta di pecora brigasca, 1 cucchiaino di cremoso.

Preparazione

Zucchetta: sbianchire le trombette a seconda della grandezza, scolare e asciugare per bene le zucchette con un canovaccio. In una padella scaldare l'olio DOP con il timo e uno spicchio di aglio di Vessalico, rosolare la zucchetta. Appena è dorata, togliere dal fuoco e tenere al caldo.

Cremoso: stufare le zucchette con i profumi e l'aglio. Frullare il tutto in un mixer con l'olio DOP e conservare in frigo.

Fiore: essiccare i fiori nell'essiccatoio; miscelare un cucchiaino di cremoso, precedentemente preparato con la ricotta. Aggiustare di sale e olio DOP Riviera Ligure, farcire i fiori.

Presentazione

Stendere il cremoso di zucchette. Tagliare a rondelle le zucchette trombette arrostiti e adagiarle sopra il cremoso. Disporre accanto alla zucchetta un fiore farcito. Ultimare la decorazione con foglie di basilico Genovese DOP.

Vino in abbinamento: Rosato Colline Savonesi IGT, annata 2018.



IVANO RICCHEBONO

Ristorante The Cook – Genova



Gelato all'olio DOP e cioccolato bianco con crumble di cacao amaro e ciliegie

Ingredienti per 4 persone

Gelato all'olio DOP Riviera Ligure: 1 litro di latte intero, 134 gr. di zucchero semolato, 134 gr. di procrema, 3 gr. di sale fino, 150 g di olio extravergine DOP Riviera Ligure.

Copertura al cioccolato bianco: 150 gr di cioccolato bianco, 40 gr. di burro di cacao.

Gel alla ciliegia: 200 gr. di purea di ciliegia, 150 gr. di zucchero semolato, 2,4 grammi di xantana.

Ciliegie saltate: 16 ciliegie, olio DOP Riviera Ligure, 1 pizzico di sale di Maldon.

Crumble al cacao amaro: 130 gr. di burro salato, 130 gr. di zucchero di canna, 130 gr. di farina di mandorle, 90 gr. di farina 00, 20 gr. cacao amaro.

Preparazione

Gelato: portare a bollore il latte, lo zucchero e il sale. Far raffreddare il tutto e aggiungere l'olio DOP Riviera Ligure. Con l'aiuto di un frullatore ad immersione, frullare il tutto e congelare a -18°. Pacossare il composto e versarlo in appositi stampi di silicone per gelati.

Cioccolato bianco: sciogliere a bagnomaria il cioccolato bianco ed il burro di cacao, emulsionare bene. Glassare gli stecchi congelati assicurandosi che la temperatura della glassa non superi i 35 gradi.

Gel alla ciliegia: versare la xantana e, con l'utilizzo di un frustino, mescolare. Versare il liquido in una teglia e lasciar raffreddare in frigo. Successivamente frullare con un frullatore ad immersione, filtrare e mettere in sac a poche.

Ciliegie: mettere a scaldare in una padella l'olio e saltare le ciliegie tagliate a metà e prive di nocciolo. Salare con un pizzico di sale Maldon.

Crumble: tagliare il burro a dadini, mischiare le polveri e aggiungere il burro, impastare fino a ottenere un composto ben omogeneo. Mettere il composto in una teglia e cuocere a 160° per 8 minuti. Una volta freddo, sbriciolare con le mani.

Presentazione

Posizionare il gelato nel piatto, guarnire con gel di ciliegie, ciliegie saltate e crumble di cacao amaro.

Vino in abbinamento: Moscatello di Taggia Riviera Ligure di Ponente DOC.

C'è la Liguria dentro.



IMMEDIA - Ph. Innovazioni Vecchie

OLIO DOP RIVIERA LIGURE

Controllato, assaggiato, certificato, garantito.

Se vuoi l'Olio ligure, quello autentico, cerca il **collarino giallo del Consorzio di tutela**. Solo così trovi l'**Olio DOP Riviera Ligure**: frutto di pietre, muri, sole, verticalità, agricoltura eroica, tanto lavoro, fatica assoluta. Taggiasca, Colombaia, Lavagnina, Razzola, Pignola, Arnasca sono le sue principali cultivar. È equilibrato e delicato, fruttato leggero. Qualcosa di straordinario.

Olio DOP Riviera Ligure. Se ha il collarino giallo, c'è la Liguria dentro.



CONSORZIO PER
LA TUTELA DELL'OLIO
EXTRA VERGINE
DI OLIVA D.O.P.
RIVIERA LIGURE

PROGRAMMA DI SVILUPPO
RURALE 2014-2020. FONDO
EUROPEO AGRICOLO PER LO
SVILUPPO RURALE: "L'EUROPA
INVESTI NELLE ZONE RURALI".
Autorità di gestione FEASR:
Regione Liguria



REGIONE
LIGURIA



REPUBBLICA
ITALIANA



UNIONE
EUROPEA



Mozzarella di Gioia del Colle

DI LATTE VACCINO, È PRODOTTA NELLE MURGE CON METODO TRADIZIONALE. IL GUSTO È DOLCE LEGGERMENTE ACIDULO, IL PROFUMO DI PASCOLI E Fieno

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda

Fresca di Dop (dicembre 2020), la mozzarella vaccina di Gioia del Colle racchiude in sé l'essenza di un territorio: la storia, le tradizioni, i sapori della Murgia barese e tarantina, con i suoi allevamenti e il latte che profuma di erba e fieno. In questa terra di pascoli e piccole masserie, la produzione di formaggi freschi, da consumare subito, ha origini antiche e si intreccia con un'altra tradizione tutta italiana, tipica del Sud: quella della pasta filata. Tirata dal casaro in lunghi fili, la cagliata è "mozzata" in piccoli pezzi e sagomata a piacere; nasce così la mozzarella che, nell'area della Murgia, ha la sua terra d'elezione a Gioia del Colle: qui per la prima volta, agli inizi del '900, i latticini freschi furono chiamati con questo nome. Il legame con il territorio è sancito dal disciplinare della Dop, ottenuta per altro dopo un lungo iter e l'opposizione della regione Campania che, per difendere la sua bufala,

contestava l'uso del termine mozzarella. Ma il latte del formaggio pugliese è vaccino, intero e crudo, e deve provenire solo da bestiame della zona di produzione, una ventina di Comuni delle province di Bari e Taranto (più una porzione di quella di Matera in Basilicata). È stabilito inoltre che le vacche, di razza Bruna e Frisona, siano allevate per almeno 150 giorni al pascolo, con un'alimentazione locale per non meno del 60%, integrata con leguminose e cereali di altra provenienza. Infine, il metodo di lavorazione della mozzarella: potrebbe sembrare un dettaglio tecnico ma invece è molto importante sia per determinare

tutta naturale

Per la mozzarella si utilizza solo latte di 2 diverse mungiture, che deve essere trasformato entro 48 ore dalla prima.

Solitamente è crudo ma può essere termizzato o pastorizzato. Dopo la filatura in acqua calda, la massa viene rassodata in acqua fredda. Nel formaggio non sono permessi conservanti e additivi.

FOCACCIA BARESE FARCITA

PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE
30 MINUTI + IL RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
635 CAL/PORZIONE

350 g di farina di grano tenero tipo "o" - 250 g di farina di semola rimacinata di grano duro - 150 g di patata lessata e schiacciata - 800 g di pomodori rossi - 12 g di lievito di birra - 5 g di zucchero - 20 olive baresane - origano - olio extravergine d'oliva - sale - mozzarella di Gioia del Colle per farcire

1 In una planetaria con il gancio per impastare riunite le 2 farine con il lievito sciolto in poca acqua insieme allo zucchero, aggiungete 200 ml di acqua e la patata e impastate per 8-10 minuti a velocità media. Poi aggiungete 240 ml di acqua, 10 g di sale e 2 cucchiaini di olio e impastate per altri 7-8 minuti fino a che il composto sarà morbido e liscio. Formate una palla, mettetela in una ciotola oliata, copritela con la pellicola e fatela lievitare fino al raddoppio del volume (2-3 ore).

2 Oliate bene una teglia di 40 cm di diametro, mettete al centro l'impasto e stendetelo su tutta la superficie. Distribuite sopra i pomodori spezzettati e le olive, condite con 3 cucchiaini di olio, sale e origano e cuocete in forno statico a 250-270° per circa 20-25 minuti. Fate intiepidire la focaccia, tagliatela a metà nello spessore e farcitela con fettine di mozzarella (è più alta della barese classica per poterla farcire).

le caratteristiche del formaggio sia perché esprime un ulteriore legame con la tradizione e il territorio. "L'acidificazione della cagliata (necessaria affinché la pasta fili, N.d.R.), deve avvenire con siero-innesto e non con acidi (citrico), come nella produzione industriale" spiega Claudia Palazzo di Caseificio Palazzo (Murgella), uno dei 5 del Consorzio. "In pratica si utilizza il siero della lavorazione precedente, lasciato fermentare (sotto controllo) perché si sviluppi la microflora naturalmente presente. In questo modo la mozzarella ha note leggermente acidule, con un retrogusto fermentato molto lieve (con l'acido citrico si avverte molto di più il gusto del sale). Inoltre è più digeribile perché i batteri lattici del siero degradano il lattosio presente" conclude.

I formati della specialità gioiese sono 3: a palla, treccia e nodo; l'aspetto è bianco e lucente, al taglio la consistenza è elastica, con una leggera fuoriuscita di siero. L'odore è delicatamente acidulo, con sfumature di burro, e sentori di erbe dei pascoli; il sapore dolce, poco sapido, con lieve acidità. Nella cucina barese la mozzarella di Gioia del Colle arricchisce di deliziose note filanti molti piatti. Tra i più tipici i panzerotti fritti con cime di rapa passate in padella, una variante della più classica farcitura con mozzarella e pomodori. Oppure il cosiddetto calzone barese, una torta rustica che nell'impasto contiene anche una patata lessa (come la focaccia della nostra ricetta): il ripieno classico è con gli sponsali, cipolle tipiche locali, ma si possono sostituire con mozzarella e pomodori.



L'ELEGANZA DELLE chioccioline

MARTINO CRESPI,
EVENT MANAGER PER
I MARCHI DEL LUSSO,
HA FONDATAO UN
ALLEVAMENTO
DI LUMACHE VICINO
A MILANO.
PUNTANDO, CON
L'AIUTO DI ALCUNI
CHEF, A SVECCHIARNE
L'IMMAGINE
IN CUCINA E
A RENDERLE PIÙ
MODERNE E COOL

di Marina Cella,
foto di Michele Tabozzi,
ricette di Silvio Battistoni,
Paolo Frosio, Enrico Gerli

Dai gioielli di Bulgari alle lumache il salto è triplo; ma Martino Crespi, mago degli eventi scintillanti del lusso, l'ha fatto con eleganza, sfruttando lo stop della pandemia come un'occasione per reinventarsi. Ha aperto un allevamento di chioccioline, affascinato dal ritorno a una vita più lenta, come quella della sua infanzia in campagna. Ma anche con una chiara idea imprenditoriale: dare un nuovo volto alle lumache, trasformandole in un prodotto di tendenza. "Proteiche ma con zero grassi, hanno un enorme potenziale gastronomico", spiega, "negli ultimi tempi il consumo in Italia è aumentato, tanto che siamo costretti a importarle dall'estero. Ma bisogna cambiarne la percezione, che da un lato le relega ai piatti rustici di trattorie e sagre, dall'altro alle ricette molto elaborate di grandi chef. Io mi rivolgo alla fascia di mezzo e vorrei che le chioccioline diventassero cool, apprezzate anche dai giovani per aperitivi, pizze e street food, come burger e sushi". Già dal nome del suo allevamento, "1,618 – Lumachificio Aureo", si capisce che Crespi punta all'eccellenza. Il numero 1,618 rappresenta la sezione aurea o proporzione divina: un rapporto tra due lunghezze considerato nei millenni come ideale di bellezza e perfezione e utilizzato in molte opere d'arte, ma presente anche in natura, come nella spirale del guscio della chiocciolina. In più le lumache di Crespi crescono con le arie di musica lirica cantate da sua moglie fra i recinti. *segue >*

Progetto comune

I TRE CHEF ENRICO GERLI, PAOLO FROSIO E SILVIO BATTISTONI (DA SINISTRA A DESTRA) APPARTENGONO ALL'ASSOCIAZIONE DEI JEUNES RESTAURATEURS D'EUROPE, DI CUI MARTINO CRESPI (AL CENTRO) È EVENT MANAGER. GRAZIE ALLA LORO LUNGA COLLABORAZIONE, CRESPI LI HA COINVOLTI NEL SUO PROGETTO GASTRONOMICO SULLE LUMACHE. CIASCUNO DI LORO, COME ALTRI CUOCHI, HA CREATO UNA RICETTA AD HOC CON LE CHIOCCIOLE ALLEVATE NEL LUMACHIFICIO AUREO: IL PIATTO, CHE SARÀ INCLUSO NEL MENU DEI VARI RISTORANTI, SARÀ ANCHE PROPOSTO CONFEZIONATO IN VASETTO PER LA VENDITA AL PUBBLICO.

Come tipo di allevamento, il lumachificio segue il Metodo Cherasco, codificato dall'Istituto Internazionale di Elicicoltura Cherasco (CN): crescita in recinti all'aperto con ritmi slow e alimentazione vegetale, senza mangimi e con un solo integratore naturale per il calcio del guscio. Le carni tenere delle lumache hanno infatti un sapore delicato, influenzato dalla dieta; se si nutrono solo di vegetali, tra cui carote e semi di girasole, assumono gradevoli note di nocciola, senza retrogusto di mais. La cucina regionale italiana è ricca di piatti con le chiocciole, spesso insaporite con aglio, burro, prezzemolo ma anche al sugo di pomodoro, abbinare ai funghi, nelle zuppe o con la polenta. L'operazione più laboriosa nella preparazione è la spurgatura (2-3 giorni), tanto che ormai vengono vendute fresche (vive

in retine) già spurgate; anche la cottura è lenta (3-4 ore). L'alternativa è acquistare le lumache già cotte, lessate o ricettate, come propone Crespi. Quelle bollite al naturale sono conservate in un brodo vegetale messo a punto dallo chef Silvio Battistoni: si possono preparare a piacere, anche semplicemente in insalata o in una frittata. In alternativa alcuni chef (ne seguiranno altri) hanno realizzato piatti ad hoc con le lumache di Crespi, che saranno in vendita anche confezionati da portare a casa. Si troveranno a breve in alcune gastronomie, in vasetti di vetro numerati con la serie di Fibonacci: 0,1,1,2,3,5,8,13,21..., la successione di numeri dove il rapporto tra ogni cifra e la precedente corrisponde a 1,618, la sezione aurea. E il cerchio (della chiocciola) si chiude.



Martino Crespi con una delle lumache *Helix Aspersa Maxima* del suo allevamento nel Legnanese chiamato 1,618 - Lumachificio Aureo (foto grande).

REGISTA DI EVENTI

MARTINO CRESPI È UN UOMO POLIEDRICO. IDEATORE DELL'AGENZIA DI EVENTI PER IL MONDO DEL LUSSO **MARTINO CRESPI EVENTS**, È CRESCIUTO IN UNA DIMORA DI CAMPAGNA NEL MILANESE, DOVE IL GUSTO PER LA BELLEZZA E LO STILE ERA DI CASA. QUI, A SEDICI ANNI, ORGANIZZA IL SUO PRIMO EVENTO, UNA FESTA HAWAIANA PER 250 PERSONE; E DA ALLORA NON SI FERMA PIÙ. DOPO L'ESPERIENZA DI PROMOTER MUSICALE, PER MOLTI ANNI LAVORA COME **DIRETTORE DI FIERE** NEL SETTORE SPOSI, FINCHÉ ENTRA IN **CONDÉ NAST**. QUI PER ANNI ORGANIZZA MANIFESTAZIONI PER **MARCHI DEL LUSSO** (MODA E ARREDAMENTO), PER IL **CINEMA** E LO **SPETTACOLO**. INFINE, NEL 2013, FONDA LA

MARTINO CRESPI EVENTS A MILANO. PER I SUOI CLIENTI, TRA CUI BULGARI, FERRAGAMO, INTESA SAN PAOLO, MASTERCARD, POMMERY, CREA EVENTI ELEGANTI E CURATISSIMI IN **LOCATION SPECIALI** COME LE GALLERIE D'ITALIA E PALAZZO REALE A MILANO, PALAZZO STROZZI A FIRENZE. CRESPI È TRA I **PRIMI** A LAVORARE CON I **GRANDI CHEF**, STUDIANDO CON LORO I PIATTI PIÙ IN SINTONIA CON IL MESSAGGIO CHE VUOLE COMUNICARE. TRA LE CENTINAIA DI EVENTI (BEN 180 NEL 2019), LA CENA PER L'ACADEMY DEGLI OSCAR A PALAZZO BARBERINI A ROMA E QUELLE ANNUALI A VENEZIA PER LA MOSTRA DEL CINEMA. DURANTE LO STOP CAUSATO DALLA PANDEMIA, HA APERTO L'ALLEVAMENTO **1,618-LUMACHIFICIO AUREO**.





PARMENTIER DI SEMOLINO, LUMACHE AL BURRO, CIALDA DI BARBABIETOLA E FOGLIE

PER 1 PERSONA
MEDIA
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 3 ORE E 50 MINUTI

per il semolino parmentier 50 g di semolino
– 200 g di latte – 50 g burro – 50 g di parmigiano
reggiano Dop grattugiato – sale – pepe
– erbe aromatiche a piacere per decorare
per le lumache 150 g di lumache già lessate al naturale
del Lumachificio Aureo – 20 g di burro – 1 foglia salvia –
1 rametto timo – sale – pepe
per la cialda di barbabietola 1 barbabietola rossa
per le foglie verdi croccanti 30 g di polvere di piselli
disidratati* – 5 g di farina
per le foglie marroni 2 g di cacao – 5 g di farina

Preparate la crema di semolino. In una casseruola portate a bollore il latte con un pizzico di sale, versate a pioggia il semolino, fate addensare mescolando e aggiungete il burro morbido, il parmigiano e poco pepe.

Fate imbiondire il burro con salvia e timo e rosolate leggermente le lumache; salate e pepate.

Preparate la cialda. Cuocete la barbabietola in acqua bollente per circa 35 minuti. Frullatela

nel mixer con poca acqua di cottura, passatela attraverso un colino e stendetela su un foglio di carta da forno; fatela essiccare in forno a 60° per circa 3 ore fino a che diventerà croccante e ricavate una striscia rettangolare.

Preparate le foglie verdi. Unite la polvere di piselli disidratati alla farina e a 20 ml di acqua e mescolate fino a formare una crema. Stendetela su carta da forno e cuocete in forno a 60° per 1 ora.

Preparate le foglie marroni. Unite il cacao alla farina e a 20 ml di acqua e mescolate fino a formare una crema. Stendetela su carta da forno e cuocete in forno a 60° per 1 ora. Quando le 2 creme sono cotte, formate tante foglie di colore diverso aiutandovi con uno stampino della stessa forma traforato.

Stendete la crema di semolino nei piatti, aggiungete le lumache, guarnite con erbe aromatiche, la cialda di barbabietola e le foglie verdi e marroni.

* Se non trovate la polvere di piselli potete prepararla sbollentando 100 g di piselli in 100 ml di acqua per 5 minuti. Poi scolateli, asciugateli in forno a 60° per 4 ore e passateli al setaccio fino a ottenere una polvere.



SILVIO BATTISTONI
è patron
del ristorante
albergo Colonne
(albergocolonne.it) al Sacro Monte di Varese. Dopo aver lavorato all'estero con chef stellati come Alain Ducasse e Roger Vergé, apre il ristorante Schuman sul lago Maggiore, che guida per 12 anni ottenendo subito la stella Michelin. Oggi la sua cucina è creativa, con materie prime freschissime e piatti eleganti e variopinti.

La bistecca perfetta non è più una rarità.

La tecnologia Weber Connect ti assicura sempre una cottura a puntino.



SCARICA L'APP
WEBER CONNECT



GENESIS II EX-335

Scarica l'app. L'assistente di cottura ti guiderà passo dopo passo dalla preparazione alla cottura perfetta. Scopri Weber Connect e i modelli di barbecue in cui è integrato, su weber.com



GRIGLIA ALLA PERFEZIONE CON I NOSTRI BARBECUE SMART.



SPIRIT EPX-315



SMOKEFIRE EX6



WEBER CONNECT HUB



DISCOVER WHAT'S POSSIBLE



ENRICO GERLI, 1 stella Michelin, si definisce "cuoco e bevitore". Infatti i vini hanno grande importanza nel suo ristorante **I Castagni** (ristorante icastagni.com) a Vigevano (PV), un casale ristrutturato con eleganza. La sua cucina del territorio è rivisitata e di ricerca, con aperture anche ad altri prodotti.

CARNAROLI INTEGRALE CON PURÈ DI SPINACI, LUMACHE FRITTE E GORGONZOLA DOLCE

PER 4 PERSONE
MEDIA
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 50 MINUTI

280 g di riso Carnaroli integrale – **60 g di verdure per soffritto (cipolla, carota e sedano)** – **100 g di verdure miste a pezzettini (lattuga, cicorie, biette, cime di rapa)** e sbianchite in acqua bollente salata – **50 g delle stesse verdure disidratate (essiccate in forno e tritate)** – **160 g di spinaci** – **28 lumache lumache già lessate al naturale del Lumachificio Aureo tagliate a dadini + 20 intere** – **50 ml di vino bianco** – **3 foglie di alloro** – **1 spicchio d'aglio** – **5 chiodi di garofano** – **100 g di pangrattato** – **40 g di grana padano Dop in polvere** – **60 g di gorgonzola dolce** – **40 g di burro** – **30 g di granella di noci tostate** – **germogli di pisello** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe**



Cuocete il riso in acqua bollente salata, aromatizzata con l'aglio, l'alloro e i chiodi di garofano, per 25 minuti. Quindi scolatelo e fatelo raffreddare.

Nel frattempo impanate le lumache intere con il pangrattato mescolato con il grana in polvere e le verdure disidratate. Tenetele da parte.

Preparate il purè di spinaci. Scottate brevemente gli spinaci in acqua abbondantemente salata, raffreddateli in acqua freddissima, metteteli a scolare in uno straccio dentro a un colino e frullateli. Pesate 80 g di purè.

Soffriggete cipolla, carota e sedano in una casseruola con un po' d'olio, sfumate con il vino e lasciate evaporare, quindi aggiungete il riso raffreddato, le verdure miste preparate, le lumache a dadini e un po' dell'acqua di ebollizione delle verdure miste. Unite anche il purè di spinaci e portate a cottura velocemente (10 minuti) mescolando costantemente.

Nel frattempo friggete le lumache impanate in abbondante olio per circa un minuto e scolatele con un mestolo forato.

Aggiungete al risotto il gorgonzola e il burro e mantecate bene. Suddividete il risotto nei piatti e completate con le lumache fritte, una macinata di pepe, la granella di noci e germogli di pisello.



PAOLO FROSIO

è chef dell'elegante ristorante **Frosio** (frosioristoranti.it), in una villa settecentesca di Almè (BG), che guida con il fratello e le rispettive mogli. Insignito della stella Michelin dal 1993 e premiato dalla fedeltà dei suoi clienti, rielabora con gusto moderno e raffinato ingredienti della tradizione.

LUMACHE CON CREMA DI PATATE AL MASCARPONE, FINFERLI E AGLIO ORSINO

PER 4 PERSONE
MEDIA
PREPARAZIONE 1 ORA + IL RIPOSO
COTTURA 3 ORE E 45 MINUTI

300 g di patate – 1 scalogno – 1 mazzetto di aglio orsino – 1/2 spicchio di aglio – 100 g di finferli puliti – 500 ml di panna – 500 ml di latte – 2 noci di burro – qualche cucchiaino di sugo d'arrosto – 48 lumache fresche (già spurgate) – 1 cucchiaino di mascarpone – 1 cipolla e mezza – 1 carota – 1 costola di sedano – 1 foglia d'alloro – olio extravergine d'oliva – sale – pepe nero

Il giorno precedente sbucciate e tagliate le patate e mettetele a bagno in acqua.

Il giorno seguente cuocete le lumache in acqua bollente per circa 20 minuti, scolatele, sciacquatele e toglietele dal guscio eliminando la parte del budellino. Rimettetele a cuocere lentamente per circa 2 ore in

una pentola di acqua salata con la cipolla, la carota, il sedano, l'alloro, pepe e sale. Poi conservatele in frigorifero nella loro acqua.

Nel frattempo preparate la crema di patate.

Fate rosolare bene nell'olio lo scalogno affettato, aggiungete le patate a fette, coprite con acqua e cuocete per circa 30 minuti. Alla fine salate e pepate, poi versate la panna e frullate il composto nel frullatore fino a ottenere una crema.

Preparate la crema all'aglio orsino. Cuocete l'aglio orsino in 1 litro di acqua salata per circa 10 minuti e scolate. Mettete sul fuoco 500 ml di acqua e portate a bollore; aggiungete l'aglio orsino preparato, una noce di burro e il latte e frullate il composto con il frullatore a immersione.

Scolate le lumache dall'acqua e rosolatele in padella con il burro rimasto ben caldo, l'aglio sbucciato e i finferli. Aggiungete 3-4 cucchiaini di sugo d'arrosto e fate raffreddare.

Scaldare la crema di patate, aggiungete il mascarpone e mescolate. Suddividete la crema nei piatti, stendendola al centro di ognuno. Disponetevi sopra le lumache e i finferli con un po' di sugo d'arrosto e completate con qualche cucchiainata di crema all'aglio orsino.





CON TIMVISION PUOI AVERE

DAZN
CON TUTTA
LA SERIE A TIM



INFINITY+
CON LA UEFA
CHAMPIONS LEAGUE



SCOPRI LA PROMO

Negozi TIM | 187 | tim.it



OFFERTA APERTA A TUTTI, INCLUSI I CLIENTI SKY (CHE COSÌ POTRANNO VEDERE ANCHE LE ALTRE 7 PARTITE DEL CAMPIONATO).

104 PARTITE INCLUSE NELL'OFFERTA DI INFINITY+.

Il servizio a pagamento DAZN è di titolarità di DAZN Ltd. Il servizio DAZN è fornito previa accettazione delle Condizioni di Utilizzo e presa visione dell'Informativa sulla privacy disponibili su dazn.com. Il prezzo attualmente in vigore del servizio DAZN, salvo promozioni, è pari a 29,99€ al mese. Servizio soggetto a limitazioni tecnologiche e geografiche dipendenti dalla copertura del tuo operatore internet. Vedi dazn.com per verificare requisiti minimi di connessione e dispositivi supportati. Per info e dettagli dell'offerta vai su tim.it. Per condizioni di utilizzo e costi di Infinity+ vai su mediasetplay.mediaset.it/infinity-plus. Verifica subito la qualità della tua connessione.

Fanno parte della collezione Lock Eat di **Luigi Bormioli** i contenitori a chiusura ermetica con coperchio in vetro, guarnizione in gomma naturale e leva metallica elastica inox. In catalogo se ne trovano di tutte le forme e misure, a partire da 80 ml fino ad arrivare a 2 litri, sono multiuso, ideali anche per servire a tavola ricette monoporzione. Indirizzi a pagina 124



Vasi per conserve

La conservazione del cibo è stata da sempre una preoccupazione dell'uomo: nelle zone a clima caldo gli alimenti freschi e abbondanti deperiscono immediatamente; e non va meglio

nelle zone fredde, dove ortaggi e frutta sono preziosi perché i raccolti sono scarsi e bisogna fare in modo di mantenerli commestibili il più a lungo possibile.

Fino all'Ottocento, quando si trovò il modo di mettere i cibi sottovuoto, gli alimenti erano conservati con la salatura, l'essiccazione o l'affumicatura. Quella della conservazione del cibo è una storia piena di scoperte, invenzioni, tentativi e fallimenti. E maneggiare uno dei tanti vasetti che oggi si trovano nelle nostre dispense è come fare un viaggio

SERBARE I SAPORI E I PROFUMI
DELL'ESTATE È FACILE,
BASTA ATTEZZARSI CON I GIUSTI
CONTENITORI

a cura di **Monica Pilotto**, testo di **Martina Liverani**, ricetta di **Claudia Compagni**, foto di **Felice Scoccimarro**, styling di **Alkèmia**

nel tempo, tra scienza e tecnica. Ognuno di essi è una piccola lezione di chimica. Ecco un breve ripasso.

Tutto ebbe inizio nel 1654, quando il fisico tedesco Otto von Gue-

ricke dimostrò la materialità dell'aria e la potenza della pressione atmosferica, teorizzando l'esistenza del vuoto e, forse inconsapevolmente, gettando le basi per una rivoluzione che avrebbe cambiato le sorti dell'economia domestica: il sottovuoto. Fu poi il francese Nicolas Appert a scoprire il metodo della sterilizzazione nel 1802, ossia come evitare la nascita di batteri negli alimenti facendoli bollire chiusi in bottiglie di vetro a 100 gradi centigradi. Il primo contenitore a larga diffusione per la conser-

delizie sottovetro

Preparare le conserve in casa dà grande soddisfazione. Anche perché il lavoro ai fornelli non termina nel tempo di una cena: le ghiottenerie preparate si conservano parecchi mesi e vi si potrà attingere per ingolosire gli amici o per fare un regalo mai banale.

MELANZANE SPEZiate SOTT'OLIO

MEDIA
PER 3 VASI DA 2,05 DL
PREPARAZIONE
30 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 15 MINUTI
320 CAL A VASETTO

2 grosse melanzane tonde – 1 dl di aceto di mele – 1 cucchiaino di semi di senape + 1 di semi di finocchio + 1/2 di semi di cumino + 1 di curcuma in polvere – 2 spicchi d'aglio – 4 cm di zenzero fresco – olio di arachide – olio extravergine d'oliva – sale

1 Mondate le melanzane, tagliatele a dadini di 2 cm di lato, trasferiteli in una ciotola con 2 cucchiaini di sale, mescolate e lasciateli riposare coperti per 12 ore.

2 Strizzate le melanzane dal liquido di vegetazione. Scaldate un padellino dal fondo spesso, unite i semi di senape, cumino e finocchio e tostateli finché inizieranno a sprigionare l'aroma. Aggiungete la curcuma e tostate per pochi secondi.

3 Scaldate 1,5 dl di olio di arachide in una grossa padella unite le melanzane e friggetele per 3-4 minuti finché

saranno dorate. Scolatele con una schiumarola e asciugatele su carta da cucina. Unite all'olio di cottura gli spicchi d'aglio sbucciati e schiacciati, lo zenzero sbucciato e grattugiato e lasciate soffriggere per 30 secondi.

4 Fate raffreddare l'olio, versate l'aceto e rimettete sul fuoco a fiamma moderata finché sarà evaporato quasi del tutto. Unite le spezie e le melanzane, mescolate, suddividetene nei vasi sterilizzati e lasciate raffreddare. Versate olio extravergine fino a coprirle di 1 cm. Chiudete i vasi e conservateli fino a 6 mesi.

vazione del cibo sottovuoto fu la latta che incontrò, per la sua comodità, il favore degli approvvigionamenti per gli eserciti. Poi il passaggio dalla latta al vetro fu una questione di comodità. A differenza di scatole o lattine, nei barattoli di vetro il contenuto si poteva vedere, non servivano utensili per aprirli e, non meno importante, erano riutilizzabili all'infinito, facili da pulire e resistenti alle alte temperature così che le conserve potevano essere sterilizzate senza problemi.

Il primo barattolo in vetro a chiusura ermetica si vide nel 1858 e fu brevettato da John Landis Mason. Poco dopo, John Kilner inventò i barattoli con la guarnizione in gomma, che garantivano una maggiore ermeticità. Intanto in Italia nel 1825 nasceva la Bormioli Rocco, storica impresa vetraria di Fidenza, la cui evoluzione si intreccia alla storia della cucina domestica italiana quando, negli anni '70, presenta l'iconico vaso Quattro Stagioni per la conservazione casalinga dei cibi e idoneo alla pastorizzazione.

Oggi ne esistono di varie tipologie, forme e dimensioni, a seconda dell'uso e in funzione del contenuto che andranno a ospitare. La tecnologia dei barattoli si è evoluta, la maggior parte delle aziende è attenta alla sostenibilità e produce ogni parte con materiali riciclabili o riutilizzabili. Vasi con tappo a vite, con coperchio in vetro, barattoli affusolati o tozzi, con vetro decorato e coperchi colorati che hanno anche una funzione decorativa per la dispensa. Così belli da entrare a far parte della mise en place, vengono usati per servire cocktail o come centro tavola per contenere piccoli mazzetti di fiori o candele.



utile e dilettevole

STORIE DI OGGETTI IN CUCINA

INTERVISTA



Segreti & Conserve

SONO QUELLI CHE SUGGERISCE CYRILLE BALAA DE MANZINI, RESPONSABILE EXPORT E RETAIL MANAGER DI MCM - WECK, AZIENDA PRODUTTRICE DI VASI PER CONSERVE.

QUALI ATTENZIONI DOBBIAMO AVERE PER LA PREPARAZIONE DELLE CONSERVE? I CONSIGLI DELLA NONNA NON SONO PIÙ ATTUALI. LA

TECNOLOGIA SI È EVOLUTA, COSÌ COME I MATERIALI IMPIEGATI. PER ESEMPIO NON SERVE STRINGERE FORTE LA CAPSULA, LA CHIUSURA ERMETICA DEL VASO AVVIENE GRAZIE ALLA GUARNIZIONE CHE SI DILATA.

SI POSSONO RIUTILIZZARE I VASETTI?

VASETTI E COPERCHI IN VETRO ASSOLUTAMENTE SÌ. NO INVECE A CAPSULE E GUARNIZIONI: IL CALORE DEL PRECEDENTE UTILIZZO PUÒ AVERLI DILATATI E QUINDI NON SAREBBERO PIÙ IN GRADO DI CREARE UNA CHIUSURA ERMETICA.

LA MARMELLATA PERFETTA?

QUANDO CONTIENE UNA PERCENTUALE DI ZUCCHERO SUPERIORE AL 40% NON HA BISOGNO DI ESSERE PASTORIZZATA. VA INVASATA ANCORA BOLLENTE, SENZA RIEMPIRE DEL TUTTO IL VASETTO, ATTENDERE DIECI MINUTI E POI CAPOVOLGERE IL VASO FINCHÉ SI SARÀ RAFFREDDATO. COSÌ LA CAPSULA HA IL TEMPO DI DILATARSI E CHIUDERSI ERMETICAMENTE.



Avete preparato una salsa di pomodori freschi? Conservatela nella bottiglia in vetro con guarnizione in gomma naturale Bpa Free. Cercate un altro formato? In catalogo ne trovate di tutti i tipi (1062 ml, 6 bottiglie € 9,83 grappe escluse). **Weck**



Il vaso in vetro riporta l'etichetta sulla quale segnare il contenuto e, sul fondo rosso, spicca Snoopy, il famoso personaggio dei Peanuts. Proposto anche in giallo in due misure (200 ml e 500 ml a partire da € 2,90). **Excelsa**



Alleato prezioso in cucina, il barattolo della collezione Country ha coperchio ermetico dal bel colore granata; va personalizzato scrivendo il nome del contenuto sulla comoda etichetta (200 ml, € 7,90). **Thun**



I prodotti dell'orto, conservati nei giusti contenitori, si possono gustare in tutte le stagioni; questo vaso in vetro ha coperchio per sottovuoto proposto anche in giallo, rosso e verde (125 ml, 6 pezzi € 7,90). **Tescoma**



Non c'è niente di meglio delle marmellate fatte in casa per conservare i profumi della frutta di stagione. E il coperchio di questo vaso ricorda proprio l'estate. In collezione trovate vasi con clip e guarnizioni in gomma e terrine di tutte le misure (385 ml, 6 vasi € 7,50). **Le Parfait**



Dal 1842 questi barattoli made in England sono famosi per il design iconico, sfaccettato, e la tenuta stagna garantita con tappo a clip; sono proposti in diverse forme e misure (450 ml, € 6,50 circa). **Kilner**



Fanno parte della linea Korken i barattoli ideali per contenere sottaceti e marmellate grazie alla chiusura ermetica che garantisce freschezza e aromi. In diverse misure (130 ml, 3 pezzi € 4,50). **Ikea**

hanno fatto storia

In auge fin dal 1976, i vasi per conserve Quattro Stagioni si trovano in tutte le cucine degli italiani. Le bottiglie qui accanto, ideali per passate di pomodoro, sciroppi e succhi sono proposte in tre misure (1 l, 400 ml, 200 ml 12 pezzi da € 16,90). **Bormioli Rocco**



DALLE NOSTRE SERRE ALLA TUA TAVOLA

*Coltiviamo a Pra',
sulle terrazze della nostra
Azienda Agricola "Serre sul Mare",
il Basilico Genovese
e lo usiamo per preparare
il nostro autentico pesto genovese
premiato a livello internazionale.*




dal 1827 a Pra'



coltiviamo
il basilico a Pra'



prepariamo il nostro
pesto come da tradizione



usiamo solo ingredienti
di alta qualità



un prodotto fresco
e senza conservanti





Schiaccie e focacce *dolci*

DA UN SEMPLICE IMPASTO ARRICCHITO
CON POCHI INGREDIENTI GENUINI
NASCONO GOLOSE DELIZIE RUSTICHE
DAL SAPORE FAMILIARE
E RASSICURANTE

a cura di Silvia Tatozzi, ricette e styling di Livia Sala,
foto di Michele Tabozzi

SCHIACCIA ALLA
RICOTTA, PRUGNE E
ROSMARINO

pag. 67

SCHIACCIA BRIACA

pag. 67





SCHIACCIATA CON L'UVA

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
+ IL RIPOSO
COTTURA 40 MINUTI
550 CAL/PORZIONE

500 g di farina tipo 1 + quella per il piano lavoro – 15 g di lievito di birra fresco – 2 uova – 200 g di zucchero – 300 g di acini di uva rossa – 1 cucchiaino di semi di anice – 100 ml di vino bianco – 175 ml di olio extravergine d'oliva – sale

1 Sbriciolate il lievito e stemperatelo in poca acqua tiepida. Unite un paio di manciate di farina e un pizzico di zucchero e formate un piccolo panetto; mettetelo in una ciotola, coprite con un foglio di pellicola e lasciatelo riposare per mezz'ora in un luogo tiepido. Formate con il resto della farina una fontana, versate al centro il panetto e altra acqua a temperatura ambiente (circa 220 ml) e lavorate fino a ottenere un impasto elastico. Trasferitelo in una grossa ciotola, coprite con pellicola e fate lievitare fino a farlo raddoppiare di volume (circa 2-3 ore).

2 Riprendete la pasta e incorporatevi le uova sgusciate, 150 ml di olio, 100 g di zucchero e un pizzico di sale: lavorate a lungo, finché l'impasto non risulterà più appiccicoso (unite pochissima altra farina, solo se necessario). Mettete nuovamente l'impasto nella ciotola e fatelo lievitare ancora fino al raddoppio del volume (circa 2 ore). Mettete i semi di anice in una ciotolina e bagnateli con il vino.

3 Dividete la pasta in due porzioni: stendete una porzione, prima allargandola un po' con le mani, poi delicatamente con il matterello, senza premere troppo; trasferitela poi in una teglia unta d'olio.

4 Distribuite metà degli acini di uva, affondandoli un po' nell'impasto, e spolverizzate metà dello zucchero rimasto sulla superficie della schiacciata.

5 Stendete anche la seconda porzione di pasta e adagiatela sulla prima, sigillando i bordi con le dita. Affondare nella pasta gli acini d'uva rimasti premendoli leggermente nell'impasto.

6 Distribuite sulla superficie i semi di anice scolati, irrorate con l'olio rimasto e cospargete con il resto dello zucchero. Infornate a 190° per 35-40 minuti.

STROSCIA
pag. 68

FOCACCIA INTEGRALE
AL MIELE CON PESCHE E
MANDORLE

pag. 68

FOCACCIA AI FICHI,
NOCI
E CIOCCOLATO



FOCACCIA AI FICHI, NOCI E CIOCCOLATO

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 25 MINUTI
375 CAL/PORZIONE

500 g di farina tipo 1 + quella per il piano lavoro – 2 g di lievito di birra disidratato – 4-5 fichi – 80 g di gherigli di noce – 75 g di cioccolato fondente – 60 g di zucchero – 60 ml di olio extravergine d'oliva – sale

1 Sciogliete il lievito in poca acqua con una punta di zucchero e aspettate che sulla superficie si siano formate delle bollicine.

2 Disponete la farina a fontana sulla spianatoia, unite il lievito insieme a 300 ml di acqua e 40 ml di olio: amalgamate gli ingredienti per qualche minuto, poi unite metà dello zucchero rimasto e un pizzico di sale e impastate.

3 Formate una palla, mettetela in una ciotola pulita e unta con poco olio, coprite con pellicola e fate lievitare fino al raddoppio del volume. Mettete a bagno i gherigli di noce in acqua in una ciotola.

4 Riprendete l'impasto e allargatelo sul piano di lavoro infarinato, schiacciandolo con i polpastrelli. Disponetelo in una teglia unta d'olio e distribuite sulla superficie i gherigli di noce scolati, asciugati e tritati grossolanamente, i fichi sbucciati e tagliati a spicchi e il cioccolato tritato grossolanamente, affondandoli

un po' nella pasta con le dita.

5 Irrorate con un filo di olio, cospargete con lo zucchero rimasto e lasciate lievitare ancora 1 ora. Infornate la focaccia a 180° per 25 minuti e servitela fredda.

SCHIACCIA ALLA RICOTTA, PRUGNE E ROSMARINO

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA
+ IL RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
500 CAL/PORZIONE

250 g di farina Manitoba – 200 g di farina 00 + quella per il piano lavoro – 200 g di ricotta vaccina – 4 g di lievito di birra disidratato – 65 g di zucchero semolato – 1 uovo – 45 g di burro – 16 prugne – 1 rametto di rosmarino – 2 cucchiaini di zucchero di canna – olio extravergine d'oliva – sale

1 Stemperate il lievito in poca acqua tiepida con un pizzico di zucchero semolato e fatelo riattivare per qualche minuto.

2 Riunite in una ciotola le due farine e lo zucchero semolato rimasto e versatevi al centro il lievito. Aggiungete anche la ricotta, setacciata, e l'uovo sbattuto a parte, e amalgamate gli ingredienti aggiungendo acqua sufficiente a ottenere un impasto morbido ed elastico (circa 150 ml); infine incorporate 30 g di burro morbido e un pizzico di sale.

3 Trasferite l'impasto sul piano di lavoro leggermente infarinato e lavoratelo fino a quando non risulterà più appiccicoso; mettetelo di nuovo nella ciotola pulita, copritelo con pellicola e lasciatelo lievitare fino al raddoppio del volume.

4 Tagliate a metà le prugne, eliminate il nocciolo e rosolatele 2 minuti in padella con il burro rimasto e qualche ciuffetto di rosmarino.

5 Riprendete la pasta e dividetela in due porzioni: stendetene una in una teglia e distribuitevi sopra metà delle prugne; cospargete con 1 cucchiaino di zucchero di canna e coprite con il resto della pasta che avrete allargato sul piano di lavoro; guarnite con le prugne rimaste. Irrorate con un filo di olio e cospargete con lo zucchero di canna avanzato; coprite con pellicola e fate lievitare ancora 1 ora. Infornate la schiaccia a 190° per 25-30 minuti.

SCHIACCIA BRIACA

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
600 CAL/PORZIONE

500 g di farina 00 – 1/2 bustina di lievito in polvere per dolci – 1 cucchiaio di miele – 250 g di zucchero – 150 g di frutta secca mista (noci, nocciole, mandorle) – 100 g di uvetta – 50 g di pinoli – 125 ml di olio extravergine d'oliva – 100 ml di Aleatico (o altro vino passito) – 2 bicchierini di Alchermes

1 Mettete a bagno l'uvetta e i pinoli in acqua a temperatura ambiente.

2 Raccogliete in una grossa ciotola la farina setacciata con il lievito e unitevi 200 g di zucchero e la frutta secca tritata molto grossolanamente; aggiungete l'olio miscelato con il vino Aleatico e il miele, e impastate fino a ottenere un composto piuttosto sodo.

3 Distribuite l'impasto in 2 teglie rotonde da 18-20 cm di diametro (o in una grande da 30-35 cm), formando uno strato sottile, senza compattarlo troppo.

4 Distribuite sulla superficie le uvette e i pinoli sgocciolati, cospargete con lo zucchero rimasto e infornate a 200° per circa 20 minuti nella parte bassa del forno, coprendo i dolci con un'altra placca (in questo modo eviterete che l'uvetta bruci).

5 Bagnate infine la superficie dei dolci con l'Alchermes e proseguite la cottura in forno per altri 10 minuti togliendo la placca superiore. Sfornate e lasciate completamente raffreddare prima di servire.





DOLCE VITA SCHIACCE E FOCACCE

STROSCIA

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 50 MINUTI
530 CAL/PORZIONE

500 g di farina 00 – 1/2 bustina di lievito in polvere per dolci – 200 g di zucchero – 100 ml di Marsala – 1 limone non trattato – 250 ml di olio extravergine d'oliva – sale

1 Setacciate in una ciotola la farina con il lievito. Unite lo zucchero (tenetene da parte un paio di cucchiaini), quindi versate al centro l'olio e il Marsala. Aggiungete anche la scorza grattugiata del limone e un pizzico di sale, e iniziate a lavorare gli ingredienti per amalgamarli. Impastate fino a ottenere un composto liscio e omogeneo.
2 Stendete l'impasto in una teglia rotonda da circa 28-30 cm di diametro rivestita con un foglio di carta da forno e cospargetelo con lo zucchero tenuto da parte.
3 Infornate il dolce a 180° per 45-50 minuti fino a quando risulterà ben asciutto e dorato in superficie (verificate la cottura inserendo al centro uno stecco di legno, che ne deve uscire asciutto). Sfornate il dolce e lasciatelo raffreddare prima di servirlo.

FOCACCIA INTEGRALE AL MIELE CON PESCHE E MANDORLE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI + IL RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
390 CAL/PORZIONE

200 g di farina integrale – 300 g di farina Manitoba + quella per il piano lavoro – 2 g di lievito di birra disidratato – 4 pesche – 80 g di miele – 80 g di mandorle – olio extravergine d'oliva – sale

1 Sciogliete il lievito in poca acqua tiepida con una punta di cucchiaino di miele; lasciatelo riattivare per qualche minuto.
2 Miscelate le due farine in una grossa ciotola e versatevi al centro il lievito, altri 350 ml di acqua e metà del miele: iniziate a impastare per qualche minuto e poi aggiungete un pizzico di sale e il miele rimasto.
3 Lavorate l'impasto prima nella ciotola, poi sul piano di lavoro leggermente infarinato, finché non risulterà più appiccicoso; mettetelo nuovamente nella ciotola pulita e leggermente oliata, coprite con un foglio di pellicola e lasciatelo lievitare fino al raddoppio del volume (2-3 ore).

4 Riprendete la pasta e allargatela con le mani sul piano di lavoro; trasferitela in una teglia oliata e distribuite sulla superficie le pesche, lavate e tagliate a fette. Coprite con un'altra teglia in modo che non tocchi la superficie e lasciate lievitare ancora 1 ora. Tritate intanto le mandorle grossolanamente, mettetele in una ciotola e copritele con acqua a temperatura ambiente.

5 Sgocciolate le mandorle e distribuitele sulla superficie della focaccia. Raccogliete in un bicchiere il miele rimasto con 3-4 cucchiaini di olio e la stessa quantità di acqua: emulsionate gli ingredienti e versateli sull'impasto, dopo aver formato delle fossette sulla superficie della focaccia con la punta delle dita.

6 Infornate la focaccia a 180° per 30 minuti circa; infine sfornatela, lasciatela raffreddare e servitela tagliata a quadrotti.

I BUONI SAPORI DI UN TEMPO

SQUISITE E INVITANTI QUANTO QUELLE SALATE, SCHIACCE E FOCACCE DOLCI SONO FRUTTO DELLA BUONA PRATICA CONTADINA DI PREPARARE DOLCI RUSTICI CON I POCHI INGREDIENTI A DISPOSIZIONE, COME LA PASTA PER IL PANE AVANZATA, LO ZUCCHERO E LA FRUTTA. UNA TRADIZIONE DECLINATA DA NORD A SUD IN DIVERSE PREPARAZIONI REGIONALI.

IMPASTI APPENA LIEVITATI LA STROSCIA È UN DOLCE LIGURE TIPICO DI PIETRABRUNA, PAESINO IN PROVINCIA DI IMPERIA: L'IMPASTO, PREPARATO CON POCO LIEVITO, OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVE TAGGIASCHE AL POSTO DEL BURRO, VINO E SCORZA DI LIMONE, DOPO LA COTTURA IN FORNO DIVENTA UN DOLCE CROCCANTE DA SERVIRE "SPEZZATO" CON LE MANI (**STROSCIARE** SIGNIFICA "SPEZZARE"). È ORIGINARIA DELL'ISOLA D'ELBA LA SCHIACCIA BRIACA: LA CONSISTENZA ASCIUTTA E FRIABILE È DATA DA UN IMPASTO A BASE DI FARINA, FRUTTA SECCA E MIELE, AROMATIZZATO CON IL FAMOSO VINO PASSITO DELL'ISOLA, L'ALEATICO, CHE NE HA FATTO IL CIBO PREFERITO DAI MARINAI A BORDO DELLE LORO NAVI DURANTE I LUNGHI VIAGGI IN MARE.

TRADIZIONI DI VENDEMMIA LA SCHIACCIA CON L'UVA È UNA SPECIALITÀ TOSCANA CHE SI USAVA PREPARARE CON L'UVA APPENA COLTA, ALTERNATA IN DUE SOFFICI STRATI DI PASTA DA PANE FATTA LIEVITARE A LUNGO. LA TRADIZIONE VUOLE CHE PER PREPARARLA SI UTILIZZINO GLI ACINI CON I SEMI, CHE REGALANO CROCCANTEZZA E UN PIACEVOLE CONTRASTO CON LA SOFFICITÀ DELL'IMPASTO.

VARIANTI CONTEMPORANEE ALTRETTANTO DELIZIOSE SONO LE VERSIONI PIÙ MODERNE, ARRICCHITE CON ALTRI PRELIBATI FRUTTI DI FINE ESTATE, FICHI, SUSINE O PESCHE, ABBINATI A NOCI, MANDORLE PINOLI O UVETTA O, PER I PIÙ GOLOSI, CIOCCOLATO FONDENTE. IL SAPORE RUSTICO SI PUÒ ENFATIZZARE SCEGLIENDO FARINE MENO RAFFINATE (COME L'INTEGRALE O LA TIPO 1), MISCELATE CON LA MANITOBA CHE, CONTENENDO PIÙ GLUTINE, FAVORISCE UNA BUONA LIEVITAZIONE.

FRANCESCA BENELLI,
COOP. IL BETTOLINO

SPECIALITÀ:
**ERBE
AROMATICHE**



**QUESTO L'HO
FATTO IO**



Agribologna 
la qualità in persona

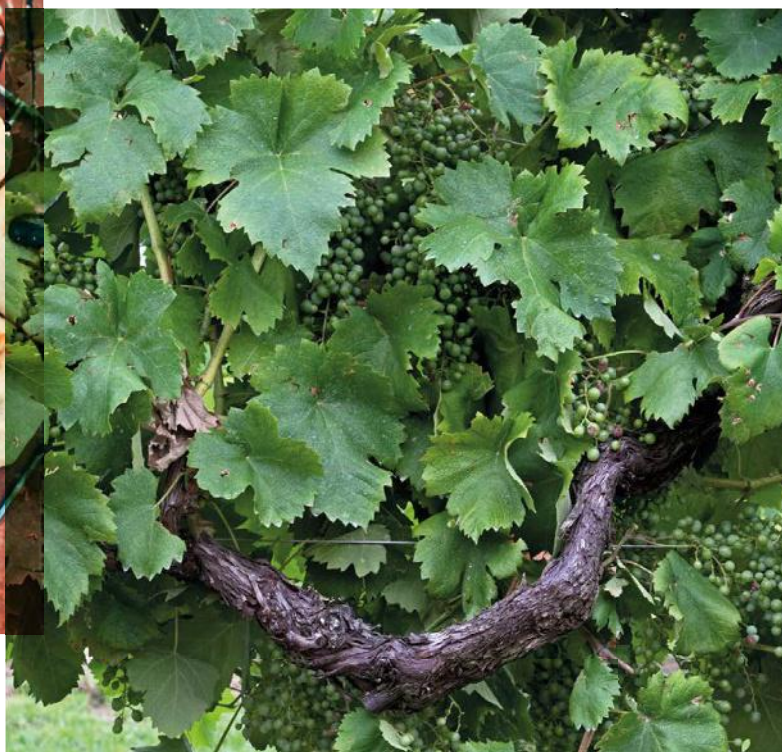
Cincin

tra i vigneti



FOCACCINE CON
OLIVE TAGGIASCHE

pag. 86



UN MENU SEMPLICE E BELLISSIMO, RICCO DI FRUTTI SETTEMBRINI,
FA DA CORONAMENTO A UNA MATTINATA DI LAVORO IN CAMPAGNA
NEL MAGNIFICO E POETICO TEMPO DELLA VENDEMMIA

testo di Daniela Falsitta, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi, foto Czerw/Sunray Photo e Sale&Pepe





MILLEFOGLIE
CON FETA E SPINACI

pag. 86



PENNONI CON
ORTAGGI
E PINOLI

pag. 86



Settembre in campagna è tempo di vendemmia, il più coinvolgente e appagante che ci sia. “Sono i giorni più belli dell’anno”, scriveva anche Cesare Pavese ne *La luna e i falò*. “Vendemmia, sfogliare, torchiare non sono neanche lavori; caldo non fa più, freddo non ancora; c’è qualche nuvola chiara, si mangia il coniglio con la polenta e si va per funghi”. Anche

abitando in città, la possibilità di offrire il proprio aiuto alla raccolta, magari nella vigna di amici o conoscenti, dovrebbe essere accolta con entusiasmo, lasciandosi coinvolgere dal clima di festa e facendo coincidere l’occasione con un pranzo saporito. A lavorare d’altronde si inizia presto, con il fresco, per non accelerare la fermentazione

dell’uva, e a mezzogiorno l’appetito si fa sentire. Il menu comincia con tre portate mediterranee a cui non manca un tocco di acidità che pare richiamare “il sapore dell’uva rubata a un filare”, come cantava Guccini: le focacce sono cosparse di olive taggiasche, la millefoglie è farcita di feta (se preferite un sapore più mite, sostituitelo con la crescenza); la pasta è condita con pomodorini interi tipo Pachino: una volta morsi riempiono la bocca del loro succo asprigno e salato.

In onore dei vigneti che ci ospitano, il menu di questa giornata è ricco di frutti settembrini che dialogano con ogni portata, proprio come fa l’uva quando si trasforma in vino. *segue >*

VUOI PROVARE ANCHE TU?

DAL 28 AGOSTO AL 31 OTTOBRE, DAL PIEMONTE ALLA SICILIA, NUMEROSI VIGNAIOLI ASSOCIATI AL MOVIMENTO TURISMO DEL VINO OFFRONO LA POSSIBILITÀ DI PRENDERE PARTE **ATTIVAMENTE ALLA VENDEMMIA** RACCOGLIENDO I GRAPPOLI E PARTECIPANDO ALLE PRIME FASI DI LAVORAZIONE. COME OGNI ANNO, NELLE STESSE GIORNATE, SARANNO ANCHE PROPOSTI TREKKING E PRANZI TRA LE VIGNE, NONCHÉ DEGUSTAZIONI E SPETTACOLI. LA PRENOTAZIONE È OBBLIGATORIA E LE OPPORTUNITÀ SONO CONSULTABILI SUL SITO MOVIMENTOTURISMOVINO.IT



POLLO RIPIENO
DI FICHI CON PRUGNE
E PATATE

pag. 86



Mettete 2 cetrioli e 5 cm di zenzero a fettine sottili in 2 litri di acqua gassata, unite il succo di 6 limoni, 5 rametti di menta e un po' di zucchero a piacere. Servite dopo 2 ore in frigo.

FICHI AL FORNO CON
MIELE E BRESAOLA

pag. 87





TORTA D'UVA
pag. 87



LINGUE DI GATTO
CON SCIROPPO
DI VINO ROSSO
ALLA FRUTTA
pag. 87

MENU **Focaccine con olive taggiasche**

ALLESTITELA 1/2 ORA
PRIMA DEL PRANZO
E INFORMATELE
ALL'ULTIMO MOMENTO.

Millefoglie con feta e spinaci

POTETE CUCINARLA
AL MATTINO E SERVIRLA A
TEMPERATURA AMBIENTE.

Pennoni con ortaggi e pinoli

CUOCETE LE VERDURE
AL MATTINO E SALTATELE
CON LA PASTA ALL'ULTIMO.

Pollo ripieno di fichi con prugne e patate

PREPARATELO AL MATTINO
E POI RISCALDATELO A 150°
GIRANDOLO UN PAIO
DI VOLTE E ALLUNGANDO
IL FONDO CON POCA
ACQUA SE NECESSARIO.

Fichi al forno con miele e bresaola

SISTEMATE GLI
INGREDIENTI NELLA TEGLIA
E TENETELI IN FRIGO,
VANNO INFORMATI SUBITO
PRIMA DI PORTARLI IN
TAVOLA.

Torta d'uva

PREPARATELA AL MATTINO
E CONSERVATELA
IN DISPENSA PROTETTA
CON CARTA DA FORNO.

Lingue di gatto con sciroppo di vino rosso alla frutta

FATELE IL GIORNO PRIMA
E CONSERVATELE IN UNA
SCATOLA DI LATTA
FODERATA CON CARTA
DA FORNO. FATE LO
SCIROPPO LA MATTINA.

Il pollo è farcito di fichi e mandorle, messo in teglia con le prugne; si può accompagnare con un purè di patate dolci o con il nostro contorno di fichi al forno, tanto speciale negli abbinamenti quanto facile da preparare: basta infornarlo fino a rendere i frutti fondenti. E l'uva? Sotto forma di vino ci seguirà senz'altro a tutto pasto, ma accompagnatelo con un'acqua aromatizzata e molto dissetante. Torna protagonista nella guarnitura del dolce: un disco di pasta sottile che cuoce in appena 20 minuti (potete persino usare una sfoglia pronta). Quanta bontà nella sua semplicità, seguita da quella delle lingue di gatto, da servire con il caffè o intingere in un corroborante sciroppo di vino rosso.

FOCACCINE CON OLIVE TAGGIASCHE

FACILISSIMA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 10 MINUTI
390 CAL/PORZIONE

650 g di pasta di pane già pronta
– **36 piccole olive taggiasche denocciolate** – **30 g di pinoli** – **farina per il piano** – **olio extravergine d'oliva** – **sale in fiocchi** – **pepe**

1 Infarinare il piano e la pasta e suddividete quest'ultima in almeno 12 porzioni; schiacciatele con le mani per ottenere altrettanti dischetti di circa 1/2 cm di spessore.
2 Disponeteli su una teglia foderata con carta forno leggermente oliata e distribuitevi sopra le olive e i pinoli. Condite le focaccine con un filo d'olio, sale e pepe e informatele a 240° per 5-10 minuti fino a doratura; servitele calde.

MILLEFOGLIE CON FETA E SPINACI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
480 CAL/PORZIONE

500 g di spinaci puliti – **16 fogli di pasta fillo** – **250 g di feta**
– **2 uova** – **1 cipolla grande**
– **2 spicchi d'aglio** – **1 mazzetto di aneto** – **1/2 mazzetto di prezzemolo**
– **olio extravergine d'oliva**
– **noce moscata** – **sale** – **pepe**

1 Scottate gli spinaci in acqua bollente salata per 30 secondi. Scolateli, lasciateli raffreddare, strizzateli bene e tritateli grossolanamente. Sbucciate la cipolla affettatela e rosolatela con l'aglio schiacciato e non sbucciato in 3 cucchiai d'olio. Aggiungete gli spinaci, salate, pepate e fate insaporire per 2 minuti.

2 Sbattete le uova in una ciotola capiente, poi incorporate la feta sbriciolata e le erbe aromatiche tritate e infine unite gli spinaci e un po' di noce moscata;

se necessario salate e pepate ancora un poco.

3 Spennellate i fogli di pasta fillo con olio e disponeteli uno sull'altro in uno stampo di circa 8x20 cm foderato con carta da forno lasciandoli sbordare. Coprite la base di pasta con il composto di spinaci, ripiegate i bordi sulla farcia e spennellate nuovamente la superficie con olio. Infornate a 180° per 40 minuti circa, fino a doratura.

PENNONI CON ORTAGGI E PINOLI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 40 MINUTI
430 CAL/PORZIONE

480 g di pasta tipo pennoni
– **2 melanzane medie** – **30 pomodorini**
– **100 g di grana padano Dop in scaglie** – **18 foglie di basilico**
– **2 cucchiai di pinoli** – **3 spicchi d'aglio**
– **1 pizzico di peperoncino** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe**

1 Lavate e asciugate i pomodorini e le melanzane. Tagliate queste ultime a cubetti e disponeteli in una teglia foderata con carta da forno. Conditeli con olio, peperoncino, sale, pepe e mescolate. Unite gli spicchi d'aglio sbucciati e infornate a 200° per 10 minuti. Abbassate la temperatura e proseguite la cottura a 170° per altri 10 minuti, mescolando di tanto in tanto. Aggiungete i pomodorini e cuocete ancora per 5 minuti.

2 Tostate i pinoli in un padellino senza condimento per un paio di minuti. Lessate la pasta in abbondante acqua bollente salata e scolatela al dente conservando un mestolino di acqua di cottura.

3 Mettete nuovamente la pasta nella pentola, aggiungete gli ortaggi arrostiti, i pinoli tostati, le foglie di basilico e mescolate a fuoco vivo per un paio di minuti aggiungendo l'acqua tenuta da parte, poca alla volta, così da mantecare. Distribuite nei piatti e completate con il grana padano a scaglie.

POLLO RIPIENO DI FICHI CON PRUGNE E PATATE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 90 MINUTI
860 CAL/PORZIONE

1 pollo ruspante pulito di 1,5 kg
– **350 g di fichi non troppo maturi**
– **220 g di pane in cassetta**
– **1 uovo grande e 2 tuorli**
– **12 patate piccole** – **25 prugne**
– **100 g di mandorle sgusciate**
– **3 cipolle medie** – **2 spicchi d'aglio** – **200 ml di Porto** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe**

1 Preriscaldate il forno a 250°. Lavate le patate e le prugne. Sbucciate le patate e tagliatele a metà. Sbucciate i fichi e riduceteli a dadini. Sbucciate le cipolle e gli spicchi d'aglio e private questi ultimi del germoglio interno.

2 Frullate il pane con le mandorle, una cipolla a pezzetti e gli spicchi d'aglio. Impastate il mix con l'uovo, i tuorli e i fichi; salate e pepate. Farcite il pollo con il ripieno e legate le zampe tra loro con un giro di spago.

3 In un'ampia pirofila, disponete le prugne, le patate e le cipolle rimaste tritate, il porto e un bicchierino d'acqua. Spennellate il pollo con olio, salatelo, pepatelo e mettetelo nella pirofila. Abbassate la temperatura del forno a 200° e cuocetevi il pollo per 1 ora e mezzo: durante la cottura irrorate il pollo con il fondo e giratelo più volte. Poiché i tempi di cottura dipendono anche da quanto le carni siano sode, per capire se il pollo è pronto, punzecchiate una coscia con la punta di un coltello: se il liquido che esce è chiaro potete sforarlo; se invece è rosa, proseguite la cottura verificando di tanto in tanto. Servite caldo.



FICHI AL FORNO CON MIELE E BRESAOLA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 20 MINUTI
220 CAL/PORZIONE

**10 fichi – 10 fette di bresaola
– 30 g di gherigli di noce – 4 rametti di timo – 2 cucchiaini di miele
– 1 cucchiaino di olio extravergine d'oliva – sale – pepe**

1 Preriscaldate il forno a 180°. Lavate i fichi e asciugateli senza sbucciarli, divideteli in due tenendoli in verticale. Sistemate in una teglia che li contenga in un solo strato, unite le fette di bresaola, i gherigli di noce e i rametti di timo sciacquati e asciugati.

2 Irrorate tutti gli ingredienti con l'olio e distribuitevi sopra il miele, quindi salate e pepate a piacere. Infornate per 15 o 20 minuti in base al grado di maturazione dei fichi. Saranno pronti quando cominceranno a fondersi. Serviteli ben caldi.

TORTA D'UVA

FACILE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 20 MINUTI
PER 6 PERSONE
300 CAL/PORZIONE

**175 g di farina + quella per il piano di lavoro – 1 grosso grappolo d'uva rossa – 80 g di burro
– 1 uovo – 55 g di zucchero a velo
– 3 cucchiaini di zucchero di canna**

1 In una ciotola piuttosto ampia riunite 60 g di burro morbido (a temperatura ambiente, non fuso) con lo zucchero a velo. Amalgamateli bene, quindi incorporate l'uovo e, infine, la farina setacciata: lavorate l'impasto finché sarà perfettamente omogeneo. Avvolgetelo con la pellicola per alimenti e lasciatelo riposare in frigorifero per mezz'ora.

2 Con l'aiuto del mattarello, stendete la pasta preparata sul piano di lavoro infarinato in modo da ottenere un disco sottile di 28 cm di diametro; disponetelo in una teglia rotonda dal diametro di 24 cm, foderata con carta da forno. Distribuite sulla superficie della pasta lo zucchero di canna, poi il burro rimasto a dadini e, infine, tutti gli acini del grappolo d'uva lavati e asciugati.

3 Cuocete in forno già caldo a 180° per 20 minuti o finché la pasta inizierà a dorare lungo il bordo; lasciate raffreddare completamente la torta prima di portarla in tavola.

LINGUE DI GATTO CON SCIROPPO DI VINO ROSSO ALLA FRUTTA

FACILE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
PER 6 PERSONE
420 CAL/PORZIONE

**per le lingue di gatto 60 g di farina – 60 g di burro – 60 g di zucchero a velo – 50 g di nocciole sgusciate – 2 albumi
per lo sciroppo 250 g di zucchero – mezzo litro di vino rosso – 1 stecca di cannella – 1 arancia non trattata – 6 fichi neri**

1 Tritate le nocciole. Con l'aiuto di una spatola, mescolate il burro morbido con lo zucchero fino a ottenere un composto cremoso. Poi incorporate la farina e quindi gli albumi e continuate a mescolare per ottenere una pasta liscia.

2 Versate il preparato in una tasca da pasticciere senza bocchetta e formate tanti dischetti di 5 cm scarsi di diametro su una teglia foderata con carta da forno.

3 Infornate a 200° per 1 minuto, poi cospargete i dischetti con le nocciole tritate e proseguite la cottura per pochi minuti: togliete le lingue di gatto dal forno appena il bordo inizierà a dorare; il centro però dovrà restare bianco.

4 Preparate lo sciroppo: riunite lo zucchero e il vino rosso in una casseruola e portate a ebollizione. Abbassate il fuoco, aggiungete la stecca di cannella e la scorza di mezza arancia. Lasciate sobbollire per 15 minuti, mescolando di tanto in tanto per far sciogliere lo zucchero. Lavate i fichi, immergeteli nella preparazione e lasciateli bollire a fuoco dolce per 5 minuti. Spegnete e lasciate intiepidire o raffreddare del tutto. Servite le lingue di gatto da intingere nello sciroppo con i fichi in una ciotola a parte.

COSA BERE

LA PARTE INIZIALE DEL MENU RICHIEDE LE ATTENZIONI DI UN VINO BIANCO DI CARATTERE COLTO NELLA SUA GIOVINEZZA, COSÌ DA NON RISULTARE TROPPO IMPEGNATIVO, PENSIAMO AL LUCCHESSE MONTECARLO CHE SENTE VICINA L'IMPRONTA MEDITERRANEA DELLE FOCACCINE E DELLA PASTA, SAPENDO DI POTER AFFRONTARE AD ARMI PARI L'EQUILIBRIO TRA MORBIDEZZA, SALINITÀ E AMARICANTE DELLA MILLEFOGLIE. CON IL POLLO ARROSTO RIPIENO E GUARNITO CON LA FRUTTA FUNZIONA LA VERSATILE AUTOREVOLEZZA DELLA FREISA DEL MONFERRATO: INTERPRETATA COME UN ROSSO PIENO E PROFONDO È IN GRADO DI TENERE SIA LA FORZA DEI CONDIMENTI SIA LA FIBRA DELLA CARNE E, SULLA SCIA DEL SUCCESSO, È POSSIBILE PROVARLA SULL'AROMATICA E AMABILE ARMONIA DEI FICHI CON LA BRESAOLA. AI DOLCI RISERVIAMO UN ERBALUCE DI CALUSO PASSITO, ABILE AD ACCONTENTARE TUTTE LE ISTANZE, DALL'ACIDITÀ DELL'UVA ALLA SOAVITÀ DELLE LINGUE DI GATTO.



DIETRO LE QUINTE

Dal campo

ALLA SCOPERTA DEL GRANO DURO SENATORE CAPPELLI E DELLA SUA TRASFORMAZIONE IN PASTA DI QUALITÀ. UN VIAGGIO AFFASCINANTE, TRA VIRTÙ DI UNA VARIETÀ STORICA, AGRICOLTURA DI PRECISIONE E TECNOLOGIE DI LAVORAZIONE MODERNE

testo di Paola Mancuso, foto di Felice Scoccimarro e archivio Gruppo BF

alla tavola



Coltivato in Italia partendo da semi certificati, il grano duro Senatore Cappelli cresce in campi monitorati via satellite. In questa pagina, le fasi di mietitura e raccolta e, infine, la separazione dei chicchi. Questi vengono poi sottoposti al controllo qualità in laboratorio e trasferiti nei silos con un aspiratore.





In queste immagini, lo storico pastificio Ghigi (Rimini), dove viene prodotta la pasta Senatore Cappelli a marchio Le Stagioni d'Italia, in 15 formati diversi. Tutte le fasi di lavorazione (impasto, trafilatura, essiccazione, raffreddamento e confezionamento) sono sottoposte a minuziosi controlli per garantire la massima qualità.



Scoprire il ciclo produttivo del grano duro che si trasforma pasta, uno dei piatti più identitari della nostra cucina, è un viaggio affascinante. Ancora di più quando racconta pezzi di storia italiana e tecnologie moderne necessarie a ottenere la massima qualità del prodotto, garantita dalla tracciabilità in tutte le fasi della filiera.

Tutto inizia da un seme

Parafrasando il celebre brano cantato da Sergio Endrigo con testi di Gianni Rodari, per fare un buon piatto di pasta ci vuole un seme. È infatti dalle virtù del grano duro Senatore Cappelli che nasce pasta di qualità, ricca di gusto e proprietà nutritive. Si tratta di un antico grano autenticamente italiano, selezionato più di cent'anni fa, che in cambio di pochissime cure si rivelò generoso in quanto a produttività e perciò divenne il più coltivato in Italia. Messo da parte negli anni del boom economico, è stato però mantenuto in purezza dal Crea, il più importante ente italiano di ricerca agroalimentare, che lo ha certificato e rilanciato attraverso la Società Italiana Sementi (SIS). "Forniamo i semi certificati Cappelli agli agricoltori, che li seminano in campi delimitati per tenerli ben separati da altre varietà" racconta Mauro Tonello, presidente della SIS. "Fino alla trebbiatura, i campi, mappati, vengono monitorati via satellite ogni cinque giorni, in modo da rilevare eventuali carenze e poter effettuare gli interventi necessari. Che tuttavia sono rari, perché il grano duro Cappelli è rustico, si difende naturalmente dalle malerbe ed è poco sensibile a stress ambientali come caldo torrido e grandi piogge. È per queste ragioni che il suo impatto sull'ambiente è molto leggero e sostenibile" conclude Tonello.

Un grano slow

Il Senatore Cappelli predilige una semina tardiva, a inizio novembre, e anche nelle fasi successive ha tempi tutti suoi. Una volta cresciute le spighe, i campi diventano uno spettacolo di bellezza: i lunghi fusti (fino a 170 cm), molto elastici finché sono verdi, quando soffia il vento si piegano sinuosamente, ondeggiando come il mare. Raggiunta la piena maturazione dei chicchi, le reste (sorta di lunghi "baffi" delle spighe) virano a un colore bruno, inconfondibile, che fanno somigliare i campi a un mare nero. È il momento della trebbiatura, tra la fine di giugno

e metà luglio, a seconda delle zone in cui sono distribuiti i circa 7 mila ettari coltivati sul territorio nazionale. "Quest'anno il raccolto è stato di qualità eccezionale" racconta ancora Tonello. Dopo la mietitura e prima di proseguire il suo viaggio, il frumento riposa per un paio di mesi. Stoccato in magazzini arieggiati, viene curato e mosso periodicamente, in modo da continuare la propria maturazione e stabilizzare l'umidità, a tutto vantaggio della qualità finale della semola. La tappa successiva è il mulino, dove i chicchi di Senatore Cappelli vengono controllati, bagnati, decorticati e infine macinati.

L'arrivo in pastificio

La semola viene quindi trasportata in pastificio, controllata e stoccata in enormi silos. Da questi viene aspirata secondo necessità della linea di produzione, per poi miscelarla con la giusta quantità di acqua, filtrata e analizzata, in vasche impastatrici sottovuoto. Tutti i singoli step del processo di lavorazione, infatti, sono costantemente monitorati, anche con analisi di laboratorio. All'interno dello stesso macchinario, l'impasto passa attraverso filtri che eliminano eventuali grumi, lo distribuiscono in modo uniforme e lo spingono attraverso la trafilatura scelta per ottenere un determinato formato di pasta: dagli spaghetti alle linguine, dalle penne rigate alle caserecce. Le trafile sono grandi, pesanti dischi (fino a 150 kg) in una particolare lega di metalli (chiamata Bral), che permettono di ottenere le caratteristiche tipiche della pasta trafilata al bronzo: superficie ruvida e porosa, ideale per trattenere sughi e condimenti. La fase successiva, l'essiccazione, è una sapiente alchimia di temperature e tempi, seguendo ricette ad hoc che tengono conto delle caratteristiche della semola Senatore Cappelli e del formato di pasta. Gli spaghetti, ad esempio, vengono fatti passare attraverso aria calda per 8-10 ore, a una temperatura di 80-100°, necessarie per far evaporare l'umidità della pasta. Tempi lunghi, insomma, che, oltre a confermare l'attitudine decisamente slow del grano Cappelli, non fanno che dimostrare l'eccellente qualità biologica della semola di partenza, altamente proteica, che tende a non rilasciare umidità. Le modalità di essiccazione sono cruciali per preservare l'integrità delle proteine, non solo dal punto di vista nutrizionale. Il loro alto contenuto, infatti, assicura tenacità della pasta e tenuta di cottura, indispensabili per piatti perfetti. Anche dopo il confezionamento in sacchetti, proseguono i controlli di prodotto con analisi di laboratorio: ogni ora per ciascun lotto.

fatto con il pane

CONDITO, TOSTATO, INFORNATO,
TRASFORMATO IN TRECCE, ROSE E GUSCI
È IL PIÙ FRAGRANTE E DESIDERATO
TRA TUTTI I COMPAGNI DI CARNI,
ORTAGGI E LATTICINI

a cura di Daniela Falsitta





PANE FRATTAU ESTIVO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 10 MINUTI
530 CAL/PORZIONE

4-6 pomodori perini grandi e maturi
– **4 fogli interi di pane carasau** – **100 g di pomodori ciliegini** – **1 cucchiaino di capperi sotto sale** – **1 spicchio d'aglio**
– **1 mazzetto di basilico** – **100 g di pecorino sardo stagionato grattugiato**
– **4 dl di brodo vegetale** – **4 uova** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe**

1 Scottate i perini, scolateli e passateli in acqua fredda, quindi sbucciateli e frullateli con i capperi dissalati e l'aglio. Tagliate in 4 i ciliegini, salateli e uniteli ai pomodori frullati.

2 Tostate i fogli di pane carasau in forno caldo a 200° per 5 minuti fino a renderli belli croccanti. Rompete ciascun foglio in 6 pezzi.

3 Immergete le uova in acqua bollente e lessatele per 5 minuti, scolatele, passatele subito in acqua ghiacciata per fermare la cottura e sgusciatele.

4 Sistemate il pane carasau nei piatti alternando gli strati di pane con il mix di pomodori, le foglie di basilico lavate e asciugate, il pecorino grattugiato e 1-2 cucchiaini di brodo per ogni strato. Lasciate gonfiare per dieci minuti. Al momento di portare in tavola, appoggiate un uovo tagliato a metà sopra ogni porzione, condite con sale, olio e pepe e servite.

ROTOI AL FORNO CON POLLO E PEPERONI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 70 MINUTI
740 CAL/PORZIONE

3 cosce di pollo – **1 peperone giallo** – **1 peperone rosso** – **4 pomodori perini maturi** – **4 spicchi d'aglio** – **1 cipolla**
– **1 cucchiaino di origano** – **1 cucchiaino di paprica** – **1 cucchiaino di capperi sotto sale dissalati** – **4 piadine all'olio extravergine** – **1 cipollotto rosso** –

6 pomodori ciliegini – **1 peperoncino verde piccante** – **150 g di panna acida** – **olio extravergine d'oliva** – **sale**

1 Togliete la pelle dalle cosce di pollo, conditele con la metà della paprica, salatete e disponetele in una teglia. Lavate i peperoni, mondateli e affettateli. Lavate i perini, sbucciate l'aglio e la cipolla, tagliate tutto a pezzetti, unite i capperi dissalati e condite con olio, origano, sale e il resto della paprica, mescolando.

2 Distribuite le verdure sopra e intorno alla carne e infornate a

180° per 1 ora o finché la carne si stacca dall'osso. Disossate il pollo, sfilacciatelo, unitelo nuovamente alle verdure e mescolate.

3 Scaldate sulla piastra le piadine, farcitele con il pollo, arrotolatele, fermatele con uno stecchino e disponetele in una teglia. Salate la panna acida e versatela a cucchiaini sopra i rotoli. Mondate il cipollotto e il peperoncino, affettateli, tagliate in quarti i ciliegini, salatete, unite un filo d'olio e distribuite le verdure intorno ai rotoli. Infornate per 10 minuti a 200° e servite.

ROSE CON CAPRINO E PESTO ROSSO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
+ LA LIEVITAZIONE
COTTURA 55 MINUTI
580 CAL/PORZIONE

600 g di pasta da pane – 150 g di pomodori secchi – 100 g di olive verdi – 30 g di pinoli – 1 cipollotto – 1 mazzetto di basilico – 200 g di caprino fresco – olio extravergine d'oliva

1 Sbollentate i pomodori secchi in acqua per 5 minuti, scolateli e sminuzzateli ancora tiepidi. Frullateli con i pinoli, le olive snocciolate, il cipollotto a fettine

e una manciata di basilico fino a ottenere un pesto (se necessario versate poca acqua tiepida), poi stemperate con 3 cucchiaini d'olio.
2 Formate un rettangolo di pasta di 40x25 cm. Spalmatelo con il pesto, lasciando un bordo di 4 cm su uno dei lati lunghi. Distribuitevi anche il caprino a fiocchetti e foglie di basilico. Arrotolate e sigillate la pasta con poca acqua e tagliate il rotolo in 8 fette.
3 Ungete una teglia di 22 cm di diametro. Disponetevi le rose in piedi, coprite con la pellicola e lasciate lievitare al caldo per 30 minuti. Sostituite la pellicola con un foglio d'alluminio e infornate a 200° per 50 minuti, togliendo l'alluminio dopo 40 minuti.



TRECCIA CON ERBETTE, SALSICCIA E RICOTTA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 70 MINUTI
780 CAL/PORZIONE

600 g di pasta da pane – 250 g di salsiccia – 600 g di erbette – 2 scorze di limone non trattato – 1/2 peperoncino secco – 1/2 cucchiaino di semi di finocchio – 1 dl di vino bianco secco – 3 cucchiaini di pangrattato – 250 g di ricotta di pecora – 1 tuorlo – 2 cucchiaini di semi di sesamo – sale

1 Spellate la salsiccia, sgranatela e cuocetela in una padella antiaderente con i semi di finocchio. Quando ha preso colore sfumate con il vino. Lavate le erbette, tagliatele a striscioline, unitele alla salsiccia, aggiungete il peperoncino sbriciolato e la scorza di limone a julienne. Cuocete coperto per 5 minuti, poi scoprite e lasciate asciugare. Spolverizzate con il pangrattato e salate.
2 Create un rettangolo di pasta di 40x25 cm. Distribuitevi il ripieno preparato e la ricotta, lasciando liberi 2 bordi di 3 cm sui lati lunghi. Riducete i bordi a frange: richiudetele sul ripieno e sigillate le estremità. Spennellate con il tuorlo e cospargete di sesamo. Infornate a 200° per 50 minuti.



se il cibo cambia la terra

BUONE AZIONI PER VIVERE MEGLIO

di Silvia Bombelli

SALSA LEGALE

Pomodori anticaporalato

Con il progetto SfruttaZero l'associazione Diritti al Sud di Nardò (Lecce) coordina la raccolta di pomodori nei campi per la produzione di salse deliziose (16.800 bottiglie circa) contrastando il caporalato e garantendo un lavoro tutelato per tutti: migranti e italiani. Dalla piantumazione al confezionamento della salsa (dirittiasud.org).



SALUMI GREEN

Confezioni intelligenti

Grazie all'involucro in plastica superleggera e il risparmio del 65% di plastica della nuova linea Green, Citterio diventa ancora più ecosostenibile. Il vassoio interno è riciclabile nella carta e i salumi (prosciutto crudo e cotto, mortadella e salame) hanno una marcia "verde" in più. Sono ottenuti solo da carni italiane e da allevamenti certificati per il benessere animale (citterio.com).



La casa dei Pesci

E IL MUSEO SOMMERSO

Sembra una favola, invece è tutto vero e Paolo Fanciulli, pescatore (foto sopra), è il protagonista. Da 40 anni Paolo difende il mare e i suoi fondali dalla devastazione causata dalla pesca a strascico illegale, così che i pesci argentei possano guizzare liberi tra le acque cristalline che da Talamone arrivano all'Argentario. Per fare ciò ha convinto grandi scultori di fama internazionale a esporre sott'acqua le loro opere (39 statue di 15 tonnellate ciascuna), creando così, oltre a un museo sommerso, i dissuasori più belli del mondo contro le reti pirata. Ma per Paolo questo non è che l'inizio: oltre a promuovere la pesca sostenibile, è già pronto a contrastare possibili allevamenti di pesci costretti in grandi vasche, dove è necessario l'utilizzo di antibiotici e antiparassitari che distruggerebbero flora e fauna del Golfo. A documentare e finanziare tutto ciò il libro *La Casa dei Pesci* di Ilaria De Bernardis e Marco Santarelli, con prefazione di Fulco Pratesi (WWF) e Alessandro Gianni (Greenpeace), Palombi Editori, € 15.



CHEESE 2021

Artigiani del latte

Torna la manifestazione dedicata ai grandi formaggi a latte crudo, nazionali e non, con laboratori, convegni e degustazioni, accompagnati da esperti affinatori, cuochi e allevatori di razze speciali.

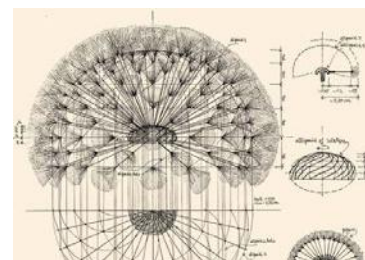
Dagli abbinamenti dei formaggi erborinati con birre di nicchia ai laboratori sul cacio e sui formaggi naturali.

Per tutelare l'ecosistema bisogna allenare il gusto e riconoscere il biodiverso di qualità. A Bra dal 17 al 20 settembre, con eventi anche online (cheese.slowfood.it)

ERBE D'AUTORE

Vegetal art

MAZElab, collettivo internazionale di artisti naturalisti (ha vinto anche il premio qualità e sostenibilità dell'UE) firma la mostra "Erbario in viaggio" con tante opere esposte tra stazioni e orti: una mappatura vegetale delle specie mediterranee, tutte da ammirare. A Milano, Modena e Mantova dal 4/09 al 3/10 (amaze.it).



SEMPLICI PIACERI

Avocado

ALL'ITALIANA

MORBIDO, CORPOSO,
ESTREMAMENTE SALUTARE, VIENE DA
LONTANO MA SI È ADATTATO AI
NOSTRI CLIMI E, INSIEME AGLI
INGREDIENTI DELLA NOSTRA CUCINA,
CREA PIACEVOLISSIME FUSIONI

a cura di Daniela Falsitta, ricette di Alessandra Avallone, foto di Felice
Scoccimarro, styling di Veronica Leali

A close-up photograph of a green ceramic bowl filled with a variety of ingredients. The bowl contains dark, cooked black rice, bright orange chickpeas, sliced avocado, shredded green bell peppers, and fresh green leafy vegetables. The bowl is set on a blue textured cloth. In the background, there are two more bowls: one with a green sauce and another with more chickpeas.

BOWL DI RISO NERO, CECI
CROCCANTI E SALSA DI
AVOCADO

pag. 95

AVOCADO ARROSTO CON
CONDIMENTO CROCCANTE
E UOVO

pag. 95



QUICHE DI AVOCADO,
TONNO E PEPERONI

pag. 95



N

on fa certo parte della nostra tradizione gastronomica, originario com'è della zona geografica che si estende dalle montagne del Messico fino alle coste dell'America

Centrale che guardano il Pacifico, eppure da qualche anno in Italia l'avocado si trova benissimo. In Sicilia (e poi in Calabria) si è cominciato a coltivarlo nel 2013, grazie a giovani agricoltori che hanno saputo sfruttare gli effetti del cambiamento climatico e convertire alla crescita del frutto esotico alcuni terreni tra l'Etna e il mar Ionio. Anche grazie a loro, nel 2018 l'avocado faceva già parte del paniere Istat, la sua reperibilità è in costante aumento e le sue specie sempre più numerose, così che i frutti possono maturare in ogni periodo dell'anno. Le qualità italiane più coltivate sono la Hass, dalla buccia ruvida e violacea, e la Fuerte, più grande, e dalla pelle verde e liscia, ma si coltivano con ottimi risultati anche l'Orotava, la Reed e la Bacon, raccolta proprio in autunno. Ad esse si uniscono i frutti importati da America, Spagna e Israele, per cui restare senza avocado è praticamente impossibile. Una bella fortuna visto che questo frutto dalla polpa burrosa ha eccellenti doti nutritive tra cui un alto contenuto di potassio e di vitamine del gruppo B, retinolo, E e K. La sua

peculiarità più appariscente, la morbidezza, è inoltre dovuta alla ricchezza di grassi "buoni" che, oltre a fornire Omega 3 e 6, rendono assimilabili le vitamine dall'organismo. Per questo motivo, soprattutto chi segue una dieta vegana, ha imparato ad aggiungerlo a insalate, verdure e frullati di cui aumenta in modo sostanziale i benefici.

Dal guacamole in poi

Salute a parte, un avocado maturo è soprattutto un ingrediente versatile, fonte inesauribile di idee. Il suo gusto debolmente dolce si adatta perfettamente alla cucina salata, a cui dà sapore e cremosità. L'esempio più noto è la salsa guacamole che, anche nella versione più austera, con la sola aggiunta di succo di lime e peperoncino, accompagna egregiamente nachos, tortillas e altri piatti messicani. Ma l'avocado si presta anche a trasformarsi in zuppa fredda, in condimento per l'insalata, in una crema spalmabile per tartine, toast, pesci e carni, in un guscio ripieno di altri ingredienti da far insaporire in frigorifero o sotto il grill del forno e, se saltato in padella, dà corpo a originali sughi per la pasta. Non mancano gli utilizzi in pasticceria, dove l'avocado sostituisce in tutto o in parte burro e olio, tanto da farsi perdonare ogni sua singola caloria.





GUACAMOLE ALLE ERBE CON
SPIEDINI DI PESCE E VERDURE

pag. 96



SAUTÉ DI VERDURE CON
POLLO E ZENZERO

pag. 96

CAKE AL CIOCCOLATO

pag. 96



Monge®

Il pet food che parla chiaro

MADE IN ITALY



AIUTALO A CRESCERE!

Monge offre una linea completa di crocchette, paté e bocconi per supportare il regolare sviluppo del tuo cucciolo.

Un'alimentazione corretta ed equilibrata con tutti i nutrienti essenziali per la sua crescita, senza coloranti e conservanti artificiali aggiunti.

**SOLO NEI MIGLIORI PET SHOP
E NEGOZI SPECIALIZZATI**



NO CRUELTY TEST

GREENCOMPANY

MONGE
La famiglia italiana del pet food

BOWL DI RISO NERO, CECI CROCCANTI E SALSA DI AVOCADO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 80 MINUTI
630 CAL/PORZIONE

200 g di riso Venere – 1 barattolo di ceci giganti lessati – 1 cucchiaino di cumino in polvere – 1 cucchiaino di paprika affumicata in polvere – 1/2 cucchiaino di aglio in polvere – 1 cucchiaino di origano secco – 1 cuore di lattuga – 1 mazzetto di basilico verde e nero – 3 avocado maturi – 5 peperoncini verdi dolci – 3 lime – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lessate il riso Venere in acqua bollente salata, scolatelo dopo 35 minuti circa, quando è tenero. Scolate i ceci, sciacquateli e asciugateli, conditeli con il cumino, la paprika affumicata, l'aglio in polvere e un cucchiaino d'olio. Mescolate bene, allargateli sulla teglia del forno in un solo strato ed essiccateli a 160° per 40 minuti. Togliete dal forno e condite con l'origano secco.

2 Sbucciate l'avocado più maturo, mettetelo nel mixer con 1 peperoncino a fettine, una manciata di basilico, il succo di 1 lime, 2 cucchiaini di acqua fredda, sale, pepe e un cucchiaino di olio extravergine. Frullate fino a ottenere una crema omogenea.

3 Sbucciate gli avocado rimasti, tagliateli a metà, togliete il nocciolo, spruzzateli con il succo del lime rimasto e riduceteli a fette spesse. Condite il riso con olio extravergine, succo dell'ultimo lime e 3 cucchiaini di crema di avocado. Riempite le bowl con qualche foglia di insalata, il riso, i peperoncini dolci rimasti, affettati sottili, l'avocado e i ceci croccanti, aggiungete un giro d'olio, pepe e origano. Completate con abbondanti foglie di basilico. Portate in tavola con il resto della crema di avocado servita a parte.

AVOCADO ARROSTO CON CONDIMENTO CROCCANTE E UOVO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
380 CAL/PORZIONE

2 avocado grandi maturi – 1 limone – 4 uova medie – 6 fette di bacon – 1 cucchiaino colmo di uvetta – il verde di 1 cipollotto – sale – pepe

1 Tagliate a metà gli avocado, togliete i noccioli e scavateli leggermente, irrorateli bene con il succo del limone. Appoggiate sopra una teglia mezzo avocado, sgusciate un uovo e versate nel pozzetto dell'avocado la maggior parte dell'albume, tenendo da parte il tuorlo e l'albume rimasto. Ripetete l'operazione con gli altri avocado e le rimanenti uova. Mettete i mezzi avocado sotto il grill già caldo per 10 minuti.

2 Tritate il bacon e soffriggetelo in una padella senza grassi, scolatelo sopra un foglio di carta da cucina e, nel fondo di cottura rimasto in padella, fate rinvenire l'uvetta sminuzzata e il verde del cipollotto affettato sottile. Rimettete la pancetta in padella e tenete in caldo.

3 Estraete la teglia, salate gli avocado, versate al centro di ognuno i tuorli con il bianco rimasto e rimettete in forno per 3 minuti. Sforate, pepate e cospargete con il crumble di bacon e uvette. Servite subito al cucchiaino.

QUICHE DI AVOCADO, TONNO E PEPERONI

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI
COTTURA 70 MINUTI
640 CAL/PORZIONE

per la brisée 250 g di farina – 100 g di burro – 1 uovo – 1 cucchiaino di paprika dolce – sale
per il ripieno 2 peperoni rossi – 2 peperoni gialli – 3 cipollotti – 80 g di olive nere – 200 g di tonno sott'olio – 3 uova – 200 g di panna acida – 2 avocado piccoli maturi – un lime – menta fresca – olio extravergine d'oliva – peperoncino fresco piccante – sale – pepe

1 Lavorate nel mixer la farina con il burro, la paprika e 2 prese di sale. Quando gli ingredienti saranno amalgamati aggiungete l'uovo e 2 cucchiaini di acqua ghiacciata. Riaccendete l'apparecchio finché si formerà l'impasto. Fate un panetto, avvolgetelo nella pellicola e tenetelo in frigo per un'ora.

2 Tagliate a tocchetti i peperoni, affettate il bianco dei cipollotti e le code separatamente. Saltate i peperoni e il bianco dei cipollotti in una padella con 2-3 cucchiaini d'olio, salate e fateli cuocere finché i bordi delle verdure saranno abbrustoliti, poi unite le code affettate, il tonno a pezzi grossi e le olive. Cuocete ancora per 5 minuti e profumate con una manciata di foglie di menta. Mixate la polpa di mezzo avocado grande o di uno piccolo con le uova, incorporate la panna acida con una spatola, salate e pepate.

3 Stendete la pasta sul piano infarinato. Rivestite uno stampo da quiche con il fondo amovibile di 24 cm di diametro. Mescolate i peperoni con la crema e versate il tutto nello stampo. Cuocete a 190° per un'ora, nella parte bassa del forno. Tagliate a spicchi l'avocado rimasto, salate, bagnate con il succo di lime e condite con il peperoncino piccante a fettine. Guarnite la quiche con gli spicchi di avocado.

Pagina 87: piattino, bowl e ciotolina in ceramica di Paola Pezza.

Pagina 88: ciotolina di Adriana Vaccarino; canovaccio di Society Limonta. Pagina 89: vassoio in legno di Asa Selection; tovagliolo di Society Limonta; piatti di Paola Pezza. Indirizzi a pagina 124





Pagina 91: piatti ovali Paola Pezza.
Pagina 92: padellino Vintage; ciotolina di Paola Pezza.
Pagina 93: piatto H&M Home; coltello Mepra; piattino Adriana Vaccarino. Indirizzi a pagina 124

GUACAMOLE ALLE ERBE CON SPIEDINI DI PESCE E VERDURE

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 10 MINUTI
425 CAL/PORZIONE

300 g di pesce spada in una fetta spessa – 12 seppioline pulite – peperoncino in polvere dolce e piccante – dragoncello – menta – coriandolo – il verde di 1 cipollotto – 1 limone – 2 lime – 1 spicchio d'aglio – 2 avocado maturi – 1 testa di broccolo – 4-5 pomodori ciliegini gialli – olio extravergine d'oliva – sale

1 Tagliate a dadi il pesce spada, mettetelo in una ciotola con abbondante menta e dragoncello spezzettati, condite con sale, poco olio e poco succo di limone. Asciugate bene le seppioline, conditele con un filo d'olio, sale, coriandolo, il verde del cipollotto tritato e due pizzichi di peperoncino dolce e piccante mescolati. Riponetelo tutto in frigo.
2 Dividete il broccolo in cimette, tagliatele a metà, sbollentatele per 30 secondi, scolatele bene e conditele con olio e sale. Sbucciate gli avocado, bagnateli con il succo dei lime, schiacciateli con la forchetta, salate e trasferiteli in una ciotola sfregata abbondantemente con l'aglio sbucciato. Tritate grossolanamente una grande manciata di erbe miste e unitele alla guacamole con un pizzico di peperoncino piccante.
3 Tagliate a dadini i ciliegini e salateli. Scaldate un'ampia padella antiaderente e montate 2 spiedini a persona alternando spada, seppioline e broccoletti. Cuoceteli nella padella senza aggiungere condimenti oppure su una griglia ben calda. Rigirateli un paio di volte finché sono cotti. Trasferiteli nei piatti, aggiungete una dose generosa di guacamole su ogni porzione, guarnite con i ciliegini e condite con sale, pepe e un giro d'olio. Servite subito.

SAUTÉ DI VERDURE CON POLLO E ZENZERO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 25 MINUTI
290 CAL/PORZIONE

1 grosso avocado maturo – 10 filettini di pollo – 6 fettine di zenzero fresco – 1 limone – 1 spicchio d'aglio – 1 melanzana – 1 zucchina verde – 1 zucchina gialla – 1/2 peperone rosso – 2 scalogni – qualche rametto di timo fresco – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Tagliate a dadi i filetti di pollo e salateli, unite lo zenzero tagliato a julienne, il succo di mezzo limone e un filo d'olio. Lasciate marinare al fresco mentre tagliate le verdure.
2 Tagliate a tocchetti il peperone e la melanzana, a fettine le zucchine e a dadini gli scalogni. Schiacciate l'aglio vestito e scaldatelo in un wok con 2 cucchiai d'olio extravergine e il timo. Saltate il pollo con la sua marinata per 3 minuti, facendolo dorare e trasferitelo su un piatto. Aggiungete un cucchiaio d'olio e soffriggete lo scalogno con i peperoni per un minuto, unite le melanzane e, dopo 2 minuti, le zucchine. Salate e cuocete a fuoco vivace mescolando per altri 3-4 minuti.
3 Sbucciate l'avocado, tagliatelo a grossi dadi, bagnatelo con il succo di mezzo limone e salatelo. Unite alle verdure in padella il pollo e l'avocado, mescolate il tutto per 30 secondi, regolate di sale, pepate e spegnete. Servite la padellata da sola o con un'insalata di rucola a lato.

CAKE AL CIOCCOLATO

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 70 MINUTI
570 CAL/PORZIONE

per la torta 360 g di farina – 45 g di cacao amaro – 2 cucchiaini di lievito in polvere – 1 cucchiaino di bicarbonato – 50 ml di olio extravergine d'oliva – 1 avocado maturo – 1 cucchiaio di aceto di mele – 250 g di zucchero – sale **per la crema 1 avocado grande e matura (200 g circa di polpa)** – 2 cucchiai di miele mille fiori o di sciroppo di agave – 100 g di cioccolato fondente 70% – 25 g di cacao amaro – 2 cucchiai di pistacchi di Bronte – qualche rametto di menta fresca

1 In una ciotola ampia setacciate la farina con il cacao, aggiungete 2 prese di sale, lo zucchero, il lievito e il bicarbonato. Mettete nel frullatore la polpa dell'avocado con l'aceto, 1 pizzico di sale e 250 ml d'acqua e frullate fino ad avere una crema liscia, aggiungete l'olio e frullate ancora per emulsionare gli ingredienti. Versate l'emulsione di avocado sopra gli ingredienti secchi e lavorate l'impasto con le fruste elettriche fino a renderlo liscio ed omogeneo.
2 Imburrate e rivestite di carta da forno uno stampo da cake da 22-24 cm di diametro. Versate la preparazione e infornate a 180° per 60-70 minuti. Sfornate il dolce e lasciatelo riposare alcune ore (anche tutta la notte).
3 Per la crema mettete la polpa dell'avocado nel mixer con il miele, il cacao e il cioccolato spezzettato e sciolto a bagnomaria (tutti gli ingredienti devono essere a temperatura ambiente). Mixate per avere una crema liscia e consistente, se occorre allungatela con 1 o 2 cucchiai di acqua calda. Distribuite un velo di glassa sui lati e poi coprite tutte le parti superiori con il resto della crema, distribuendola con una spatola. Guarnite con i pistacchi tritati e le foglie di menta. Servite subito.



Baule Volante: il futuro del biologico ha inizio dalle persone

Vi siete mai chiesti cosa rende un prodotto speciale? La risposta è semplice: le persone. Persone come i nostri coltivatori che curano con **amore e rispetto** i doni della terra, da cui nascono le **Barrette 100% frutta**. Realizzate con solo **frutta italiana biologica**, controllata e selezionata, **senza glutine e zuccheri aggiunti**. Una piccola scelta per fare la differenza ogni giorno.



Il futuro
è una storia bio



www.baulevolante.it

Christian Pircher

Ristorante Kirchsteiger

PRECISIONE
ALTOATESINA ED
ESTRO, INGREDIENTI
TRADIZIONALI
ABBINATI A
CROSTACEI E
GRANDI PESCI: LA
CIFRA DI QUESTO
CHEF È NELLA
MISURA. IL
RISULTATO UNA
CUCINA RICERCATA,
PLURIPREMIATA E
GODIBILISSIMA

di Silvia Bombelli,
foto di Michele Tabozzi

creativo con garbo

Il 45 enne Christian ha una lunga esperienza ai fornelli. Membro di Jre ormai da tre lustri, non ha mai smesso di divertirsi con i colleghi di tutta Italia, scambiandosi indirizzi di fornitori speciali e qualche dritta gestionale, perché fare lo chef-patron significa anche organizzare bene l'attività e far quadrare i conti. Apprezza molto, poi, gli eventi a livello europeo con gli altri giovani ristoratori internazionali che sono momenti di grande crescita personale e professionale.

il ristorante

Il locale elegante e avvolgente è diviso in due ambienti per altrettanti menu: gourmet e osteria. Degustazioni impeccabili nel primo, alta cucina più semplice nel secondo, dove si deliziano anche gli ospiti dell'hotel annesso, sempre gestito dai Pircher. Un'oasi di relax e di piacere nella tranquilla Foiana (frazione di Lana) con 60 coperti (100 per i banchetti) e preziosa cantina da 400 etichette (kirchsteiger.com).



CERVO COTTO NEL SALE
E Fieno CON PUREA DI
SEDANO RAPA E FUNGHI

pag. 100

Giovanissima stella Michelin conquistata a soli 23 anni dopo l'esperienza al Tantris di Monaco e al S. Abbondio di Lugano, l'altoatesino Christian Pircher ha trasformato il tradizionale ristorante di famiglia Kirchsteiger di Foiana (BZ) fondato nel '79 dal papà Erwinn in atelier della sperimentazione. Agli ingredienti del territorio ha affiancato nuove ghiottonerie, pensando anche agli abitanti della zona che amano fare incursioni in altre cucine. Lui prepara sempre nuove delizie, anche di mare. Ora in carta, per esempio, ci sono i tagliarini al tartufo nero con uovo locale; tagliatelle di castagne e Kamut al ragù di cervo con i finferli; fegato di vitello alla veneziana con riso; gamberone con avocado; filetto di branzino con taggiasche; fegato d'oca con porcini, pesce e pan brioiché. Quando inventa un piatto lo pensa sempre rimodulabile, secondo la

stagione e il tempo a disposizione. Quella proposta in queste pagine, per esempio, può essere anche realizzata con una lombata di agnello, saporita ma più facilmente reperibile e al cartoccio anziché in crosta di sale. L'idea che le preparazioni debbano essere eccellenti ma fruibili deriva dalla sua formazione classica: per essere ottimi cuochi bisogna lavorare e pensare molto. Prima che dell'immagine mediatica bisogna occuparsi della buona digestione dei clienti. La cucina deve essere ghiotta ma sana, come dice anche mamma Anni, esperta di erbe e tisane. Dello stesso avviso la moglie Lenka, in sala, e il figlio Dominik (15enne) che appena può si unisce alla brigata. Tutti lontano dai riflettori e vicino agli avventori. Perché la buona cucina si fa (anche) in sala, anticipando i gusti degli ospiti. Una sfida che Christian vince, sempre, con classe.



consiglio da chef

Per esaltare i profumi delle spezie scaldatele in padella a 40° per 2 minuti e passatele brevemente al tritatutto. Potete aumentare le dosi e conservarle in un vasetto a chiusura ermetica per 2 mesi.

CERVO COTTO NEL SALE E Fieno CON PUREA DI SEDANO RAPA E FUNGHI

PER 4 PERSONE

800 g di lombata di cervo – 2 kg sale fino – 1 kg sale grosso – 100 g di farina – 300 g di fieno (o erbe a piacere per la tisana) – 1 cucchiaino di spezie (ginepro, cumino, pepe e pimento) – 1 sedano rapa – 100 di verdure fresche g tra radicchio o pack choi – 100 ml di panna fresca – 150 g di funghi (champignon o porcini) – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

Cospargete la lombata di cervo su tutti i lati con le spezie tritate. Rosolatela in una padella con poco olio, sale e pepe per pochi minuti.

Mescolate i due tipi di sale con la farina e poca acqua fredda per formare un composto denso. Stendetene 2 cm su una grande teglia, cospargete con metà del fieno e disponete al centro la lombata. Coprite con il fieno rimasto e, poi, con l'impasto di sale rimanente. Sigillate bene e cuocete in forno a 220° per 10 minuti. Fate riposare per altri 10 minuti fuori dal forno.

Estraete la carne battendo leggermente con un cucchiaino sulla creta di sale per aprirla. Mettete la carne su un tagliere e tagliatela a fette spesse 3,5 cm.

Lessate il sedano rapa pulito e tagliato a cubetti in acqua salata per 10 minuti. Eliminate l'acqua, unite la panna e fate ridurre della metà a fiamma bassa. Frullate a immersione.

Mondate verdure e funghi, tagliate questi ultimi a spicchi, rosolate con un filo d'olio in una padella, disponeteli sul piatto attorno alla carne guarnita con sale. Unite un cucchiaino di purea decorata, se vi piace, con un rametto di rosmarino. Lo chef completa con riduzione di cervo (che si può sostituire con un ristretto di brodo di carne e Porto).





BIOLOGICO
dal 1978

PURA BONTÀ A ZERO ZUCCHERI!

Dal 1978, Probios il biologico italiano
tra etica, storia, passione e cura della terra



Non soffermarti alle apparenze.
Fai una scelta consapevole,
valuta con attenzione
ciò che leggi sulla confezione.

WWW.PROBIOS.IT

SEGUICI SU    

Bra

CULLA DI SLOW FOOD

ANTICHE ORIGINI E SFARZI
BAROCCHI FANNO DA SFONDO
ALLA PICCOLA CAPITALE DEL
MANGIAR BENE E BERE MEGLIO,
SENZA FRETTA

a cura di Daniela Falsitta, testo di Enrico Saravalle, foto di
Felice Scoccimarro. Si ringrazia il ristorante Battaglino per le
ricette e la realizzazione dei piatti

D istese di colline, castelli arroccati
sui bricchi e sfilate di poderi ri-
camati da filari e nocioleti. Un
paesaggio idilliaco che si srotola
intorno alle Rocche, i canyon che
la superstizione vuole abitati da
streghe e folletti. Bra, che fa parte del Roero,
territorio segnalato dal bollino Unesco, è un ap-
passionante contenitore di storia, cultura e arte.
Le radici dell'antica Brayda affondano infatti
nell'Età della Pietra, toccano imperi e signorie per
arrivare fino ai Savoia, le cui tracce sono ancora
ben visibili in città e nei dintorni.

segue >



TAJARIN AL RAGÙ DI
SALSICCIA DI BRA
pag. 106



Le uve nere del Roero, zona di nascita di grandi vini. Nella pagina a sinistra, la centrale via Cavour con la cinquecentesca chiesa di San Rocco, di culto ortodosso, sullo sfondo.



Un momento di Cheese, la più grande mostra nazionale dedicata ai formaggi, prevista a Bra dal 17 al 20 settembre. A sinistra, il riso della riseria Allocco e, a destra, la città vista dalla villa della Zizzola, situata sulla collina più alta.



FOTO ALESSANDRO VARGIU | ARCHIVIO SLOW FOOD





CONIGLIO ALL'ARNEIS
pag. 106



Il castello di Pollenzo, costruito a partire dal 1386 e oggi sede dell'omonima Università di scienze gastronomiche. Sopra, l'enoteca Zero e, qui a lato, il titolare di Giolitto che mostra un Bra affinato nelle vinacce e le verdure degli Orti di Bra.



C'è anche il buon cibo nel Dna di Bra: proprio qui, infatti, sul finire degli anni '80, in risposta al dilagare del fast food, nasce il movimento di Slow Food, con la missione di ridare il giusto valore al cibo, nel rispetto dei produttori, della loro storia e dell'ambiente.

Ma procediamo con ordine: dire Bra e pensare agli sfarzi e alle stravaganze del Barocco Piemontese è tutt'uno. Tra '600 e '700, grazie a un decreto sabaudo, Bra assunse il rango di città e rifiorì sotto il profilo artistico con i capolavori degli architetti della corte Sabauda. Il centro si arricchì di palazzi sontuosi e di chiese scenografiche: da Santa Chiara (con la sua doppia cupola traforata uscita dalla matita di Bernardo Antonio Vittone) a quella della SS. Trinità, sede della Confraternita dei Battuti Bianchi, dalla Parrocchiale di Sant'Andrea, disegnata da Bernini e realizzata da Guarino Guarini (il progettista della Cappella della Sacra Sindone a Torino) al Palazzo Comunale che il Vittone volle simile a Palazzo Carignano, una delle residenze reali torinesi. Poi vicoli tortuosi e ripide viuzze portano verso la sommità di Monteguglielmo: dove si trova la Zizzola, già villa di delizia e oggi Casa dei Braidesi, un museo multimediale.

Il tour artistico, però, non si conclude in città: a una manciata di chilometri si visita Pollenzo, complesso architettonico formato da un castello, dalla chiesa di San Vittore, dalla Cascina Albertina e dall'Agenzia delle Tenute Sabaude che fu testimone delle villeggiature reali di Casa Savoia, tra '800 e '900. Oggi ospita l'Università di Scienze Gastronomiche dove si formano le nuove menti della cultura agroalimentare globale.

Appena fuori dal centro si incontrano gli orti braidesi, pronti a rifornire le tavole di Bra di ortaggi dal sapore unico. E ci sono le colline, dove crescono e maturano le uve che daranno vita, tra gli altri, ai Nebbiolo e ai Barolo, vale a dire il Gotha enologico del nostro Paese.

Un severo Consorzio di Tutela protegge l'altra gloria locale, la salsiccia: con orgoglio, i braidesi sostengono che la loro sautissa è unica nel panorama dei salumi nostrani. "Parlava di lei addirittura un decreto firmato da Carlo Alberto", racconta Tommaso Masino Testa, titolare di una delle dieci macellerie cittadine riunite nel Consorzio, "che ne regolava la produzione e permetteva ai soli macellai di Bra di prepararla, utilizzando unicamente carne di vitello". Oggi, per la verità, nella salsiccia il maiale c'è ma in quantità moderate perché la carne suina serve a legare tutti gli ingredienti e a trattenere i liquidi. La ricetta originale prevede la presenza nell'impasto anche di vino Arneis, ma sul resto dei componenti cala il mistero: ogni macellaio di Bra ha un suo mix di spezie segretissimo anche se, all'assaggio, un palato allenato può riconoscere garofano, pimento, noce moscata e macis. Altra gloria locale è il Bra Dop: formaggio d'alpeggio stagionato nei crutin e nelle grotte della Bra sotterranea. Ad esso e a centinaia di altri formaggi di tutto il mondo, la città dedica la biennale Cheese-Le forme del Latte (quest'anno dal 17 al 21 settembre 2021), durante la quale pastori, casari e affinatori ribadiscono l'importanza di metodi produttivi buoni, puliti e giusti (il mantra di Slow Food) ponendo attenzione alla qualità delle materie prime, al benessere animale, alla tutela del paesaggio.



I vigneti di Monticello d'Alba, 10 km a est di Bra. Sullo sfondo il Castello Roero, tra i meglio conservati manieri medievali del Piemonte. Sebbene ancora oggi sia abitato dai Conti Roero, è aperto alle visite.



LUOGHI ECCELLENTI BRA

TAJARIN AL RAGÙ DI SALSICCIA DI BRA

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
+ IL RIPOSO
COTTURA 60 MINUTI
570 CAL/PORZIONE

per la pasta 500 g farina tipo 1 più quella per infarinare – 2 uova – 4 tuorli – 1 cucchiaino di sale

per il ragù 300 g di pasta di salsiccia di Bra – 100 g di polpa di manzo macinata – 1 carota – 1 cipolla – 1 costa di sedano – 1 bicchiere di vino rosso – 500 g di pomodori pelati – olio extravergine d'oliva – sale

1 Disponete su una spianatoia la farina a fontana, sgusciatevi al centro le uova, unite i tuorli e il sale. Cominciate a lavorare con una forchetta amalgamando la farina alle uova e poi impastate, aggiungendo poco per volta circa ½ bicchiere d'acqua. Continuate a lavorare per circa 10 minuti fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo (potete anche utilizzare una planetaria con inserto a uncino). Fate un panetto, avvolgetelo nella pellicola e lasciatelo riposare per 30 minuti.
2 Tritate il sedano, la carota e la cipolla. Fateli soffriggere in un tegame con qualche cucchiaino d'olio. Appena il trito sarà ben rosolato unite le carni e cuocetele mescolando continuamente fino a quando avranno cambiato colore, quindi sfumate con il vino. Unite i pelati spezzettati, regolate di sale e lasciate cuocere per 45 minuti a fuoco molto dolce.

3 Infarinate la spianatoia e, con l'aiuto di una sfogliatrice o di un mattarello, realizzate una sfoglia sottile circa 2 mm. Infarinatela ancora e ripiegate a metà e ancora a metà, in modo da formare un'unica lunga striscia a più strati. Infarinate la sfoglia a ogni piega in modo che gli strati non si incollino tra loro. Con un coltello ben affilato, riducete la pasta a striscioline dello spessore di 3 mm. Lessate i tajarin ottenuti in acqua salata per 2 minuti, scolateli e conditeli con il ragù.

CONIGLIO ALL'ARNEIS

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 60 MINUTI
400 CAL/PORZIONE

1 coniglio a pezzi – 2 cipolle – 1 rametto di rosmarino – 50 g di burro – 1/2 litro di Arneis – brodo vegetale – sale

1 Mondate e tritate le cipolle. Fatele rosolare in un tegame con il burro. Unite i pezzi di coniglio e sigillateli girandoli su ogni lato, aggiungete il rosmarino tritato finemente e sfumate con l'Arneis.

2 Continuate la cottura aggiungendo di tanto in tanto un mestolino brodo per 45-60 minuti finché la carne si staccherà dalle ossa, regolate di sale e servite. Lo chef accompagna il coniglio con patate al forno, biete ripassate e melanzane al funghetto.

BÔNET

FACILE
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
300 CAL/PORZIONE

6 uova – 1 litro di latte – 150 g amaretti – 100 g cacao amaro – 50 g cacao dolce – 2 cucchiaini di zucchero

1 Mettete uno stampo metallico per budino da 18 cm di diametro sul fornello con un cucchiaino di zucchero e poca acqua. Quando lo zucchero si liquefa muovete lo stampo per coprire di caramello tutte le pareti.

2 In un tegame fate scaldare il latte con gli amaretti sbriciolati a fuoco dolce per pochi minuti. Intanto, in una ciotola, sbattete le uova con i due tipi di cacao e lo zucchero rimasto, quindi aggiungete a filo il mix di latte e amaretti mescolando.

3 Versate tutto nello stampo e copritelo con un foglio di alluminio. Sistemate in una casseruola, versate acqua calda fino ai 2/3 dell'altezza dello stampo, e fate cuocere a bagnomaria per 30 minuti. Il bônêt sarà cotto quando infilandovi la lama di un coltello ne uscirà pulita. Servite freddo.

TACCUINO DI VIAGGIO

RISTORANTE BATTAGLIO

PIAZZA ROMA 18, TEL. 0172 412509
È IL LOCALE STORICO CHE HA OSPITATO IL NOSTRO SERVIZIO. TRA LE SPECIALITÀ ANCHE INSALATA DI GALLINA E CASTELMAGNO, AGNOLOTTI DEL PLIN, LUMACHE IN GUAZZETTO, FINANZIERA.

ZERO - ENOTECA CONVIVIALE

VIA POLLENZO 10, TEL. 334 3414194
ZERO COME GLI INTERVENTI IN VIGNA E IN CANTINA PER I VINI IN DEGUSTAZIONE, ACCOMPAGNATI DA FORMAGGI, SALAME COTTO E SALSICCIA (ANCHE SECCA).

OSTERIA MURI VECCHI

VIA PIUMATI 19, TEL. 0172 431008
SOTTO LE SUE VOLTE: TAJARIN, GNOCCHI AL CASTELMAGNO, RISOTTO AL BAROLO, VITELLO TONNATO, "BICERIN" DI GELATO ALLE NOCCIOLE CON CAFFÈ.

SENDUISS

VIA VITTORIO EMANUELE II 57/A
PROPONE SANDWICH (O "SENDUISS", COME DICE IL NOME) CHE MIXANO INGREDIENTI DEL TERRITORIO E GUSTI A KM ILLIMITATI.

LOCAL

VIA CAVOUR 45
BOTTEGA E LOCALE (APERTO DA COLAZIONE A CENA), GESTITI DAI RAGAZZI DELL'UNIVERSITÀ DEL GUSTO DI POLLENZO.

AZ. AGR. RISICOLA ALLOCCO GIOVANNI

FRAZIONE FALCHETTO 7
RISO DI BRA, LOTO E CARNAROLI. INOLTRE BIRRA, PASTA, GALLETTES, TUTTO DI RISO.

MACELLERIA DA MASINO

PIAZZA ROMA 20
SALSICCIA DI BRA PRODOTTA TUTTI I GIORNI NELL'ANNESSO LABORATORIO.

PANETTERIA BATTAGLIO

VIA VITTORIO EMANUELE II 132
PANE DI BRA SECONDO LA RICETTA TUTELATA DALL'APPOSITO CONSORZIO, GRISSINI E FOCACCIA DELLA ZIZZOLA.

VERDE IDEA

VIALE RIMEMBRANZE 6
VERDURE COLTIVATE NEGLI ORTI DI BRA.

CANTINE ASCHERI

VIA G. PIUMATI 23
PRODUCONO VINO DA 200 ANNI. SU RICHIESTA VISITE E DEGUSTAZIONI.

GIOLITO FORMAGGI

VIA MONTEGRAPPA 6
NEGOZIO CON CANTINA DI AFFINAMENTO: DEGUSTAZIONI DI BRA TENERO, DURO E BRACIUK, AFFINATO NELLE VINACCE.

MACELLERIA TIBALDI DAVIDE & ALBERTO

CORSO GARIBOLDI 18
CARNI E SALSICCIA DI BRA PRODOTTA CON CAPI PROVENIENTI DAI LORO ALLEVAMENTI.



BÛNET
pag. 106



La Chiesa di Sant'Andrea Apostolo, in piazza Caduti per la Libertà. Sotto, da sinistra: le salsicce della macelleria Da Masino; lo storico caffè pasticceria Converso, in via Vittorio Emanuele II 199, e il pane di Bra, prodotto dal panificio Battaglini con lievito naturale e una lievitazione lunghissima.





A SINISTRA: ULIVETO DELL'AZIENDA SABINO LEONE. OLIVE FOTO DI CORTESIA AZIENDA FELICE ARDITO.

Terra di Bari DOP: l'oro verde di Puglia

IN UN PAESAGGIO DISEGNATO DALLE
SAGOME MAESTOSE DEI SUOI ULIVI
SECOLARI NASCONO TRE ECCELLENZE CHE
RACCONTANO UNA TRADIZIONE
MILLENARIA PROIETTATA NEL FUTURO

a cura di **Silvia Tatozzi**, testo di **Luciana Squadrilli**,
ricetta di **Claudia Compagni**, foto di **Felice Scoccimarro**, styling di **Alkèmia**

L'olivo è una caratteristica imprescindibile del pianeggiante paesaggio pugliese: distese a perdita d'occhio di ulivi d'impianto recente, ordinati e rigogliosi, si affiancano alle affascinanti sagome ricurve e contorte dei "patriarchi", gli ulivi secolari – se non millenari – che hanno testimoniato nel corso degli anni invasioni, crociate e periodi di pace.

Maggiore regione produttrice d'Italia per quantità, la Puglia negli anni più recenti si distingue anche per qualità, grazie al lavoro eccellente di olivicoltori e frantoiani. A lungo marchiato dalla fama di essere "pesante", per via del carattere particolarmente intenso dei prodotti ottenuti dalla varietà Coratina, utilizzati spesso per dar corpo e vigore unendolo in blend ad altri

oli dal profilo più delicato, l'extravergine pugliese è in realtà sfaccettato in base alle cultivar e alle zone di provenienza. Inoltre, grazie alle tecniche frantoiane sempre più affinate, anche i monocultivar di Coratina raggiungono ormai eccellenti livelli di eleganza e piacevolezza, pur mantenendo il carattere deciso di questa varietà d'oliva che predomina nell'areale della Dop Terra di Bari. La denominazione abbraccia le province di Bari e Barletta-Andria-Trani, e prevede tre menzioni geografiche aggiuntive: Castel del Monte, Bitonto, Murgia dei Trulli e delle Grotte. Ognuna ha delle proprie specifiche che ne contraddistinguono il profilo sensoriale.

L'extravergine Dop Terra di Bari–Castel del Monte è ottenuto dalla varietà Coratina per almeno l'80%. Ha un fruttato intenso, con note di rucola o altre

MONUMENTI VEGETALI

I più begli alberi millenari della regione sono spesso disseminati tra i campi e di non facile individuazione. L'associazione Millenari di Puglia (nata nel 2013 per censire queste preziose e spettacolari piante) organizza escursioni nel territorio della Valle d'Itria, dell'alto Salento e del Salento, in luoghi spesso poco conosciuti ma di grande valore naturalistico. Altra iniziativa è il "Premio Giganti di Puglia": un concorso che seleziona l'olivo che si distingue per dimensioni e forma eccezionali.

IL TURISMO DELL'OLIO

Costituitosi come consorzio nazionale a marzo 2021, il Movimento Turismo dell'Olio è un consorzio di "produttori-artigiani" di olio extravergine di oliva di alta qualità guidato da Donato Taurino (Presidente) e Vittoria Cisonno (Direttrice e ideatrice). Partito dalla Puglia, il consorzio coinvolge come regioni capofila anche Umbria, Calabria, Lombardia e Abruzzo (soci fondatori insieme al Movimento Turismo del Vino) al fine di valorizzare tanto la produzione di olio extravergine di eccellenza quanto i territori in cui nasce, secondo le linee guida di sostenibilità, tecnologia e formazione (mtopuglia.it).

SCHIACCIATA CON VERDURE ALLA PIASTRA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE
30 MINUTI
COTTURA
35 MINUTI
560 CAL/PORZIONE

500 g di pasta da pane
– **200 g di zucca Delica**
– **100 g di peperoncini friggibili** – **2 zucchine** – **100 g di patate novelle**
– **3 cipollotti** – **20 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato** – **1 rametto di origano secco** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe**

1 Mondate la zucca e tagliatela a fettine di circa 1/2 cm di spessore. Spuntate le zucchine lavatele e tagliatele a fette in sbieco; lavate e asciugate i peperoncini, mondate i cipollotti e tagliateli a bastoncini. Lavate le patate e tagliatele a fettine di 1/2 cm di spessore.

2 Riunite tutte le verdure e le patate in una ciotola e conditele con una presa di sale e 3 cucchiai di olio; poi cuocetele separatamente sulla piastra calda su entrambi i lati. Insaporitele con una

macinata di pepe e l'origano sbriciolato e lasciatele intiepidire.

3 Stendete la pasta da pane in una sfoglia rotonda sottile, conditela con un cucchiaino di olio emulsionato con un cucchiaino di acqua e un pizzico di sale; sistemate la schiacciata sulla placca del forno foderata con un foglio di carta da forno e cuocetela in forno a 250° per 15 minuti. Cospargetela con il parmigiano grattugiato, le verdure e le patate grigliate, lasciatela riposare per 5 minuti e servite.

erbe amare accompagnate da sensazioni di mandorla verde ed erba falciata. L'extravergine Dop Terra di Bari-Bitonto può essere ottenuto dalle varietà Cima di Bitonto o Ogliarola Barese e Coratina (almeno per l'80%); ha un fruttato medio e sapore più delicato, con note di erbe fresche. L'extravergine Dop Terra di Bari-Murgia dei Trulli e delle Grotte è ottenuto per almeno il 50% dalla varietà Cima di Mola; fruttato leggero, all'assaggio svela note di mandorla fresca.

La produzione della Dop può essere dunque molto diversificata e per questo molto versatile, prestandosi a condire la cucina di pesce quanto i piatti di verdure e legumi, o le squisite orecchiette con le cime di rapa. O ancora, soprattutto nelle versioni più robuste della zona di Castel del Monte, piatti saporiti come le verdure alla brace, i funghi porcini alla piastra o il delizioso macco di fave e cicoria, fino alle carni rosse.

Scelti per la nostra ricetta

De Carlo – Tenuta Arcamone Dop Terra di Bari Monocultivar Coratina Bio Bitritto (BA) Fruttato intenso dalle suadenti note di noce, ortica, rucola, erba falciata e mandorla verde, ha note balsamiche e piccanti di pepe (bottiglia da 500 ml, 14 euro).

Sabino Leone – Don Gioacchino Dop Terra di Bari Castel del Monte – Monocultivar Coratina – Canosa di Puglia (BT) Intenso, complesso e armonico, affascina con sentori di mandorla verde carciofo, cardo, rucola ed erbe officinali. Amaro e piccante sono ben bilanciati, con un piacevolissimo finale balsamico (bottiglia da 500 ml, 18 euro).

Felice Ardito – Org.Olio Dop Terra di Bari Monocultivar Coratina Bio Andria (BT) Fruttato intenso appena ammorbidito da una sensazione di oliva matura, svela belle note di carciofo, rucola, erba sfalciata, mandorla e pepe. Di buona persistenza, ha un ottimo equilibrio tra amaro e piccante (bottiglia da 500 ml, 8 euro).



Cirò

LE VERSIONI DI ROSATO,
ROSSO E ROSSO
RISERVA CONTENGONO
L'ESSENZA DELLA BELLEZZA
MEDITERRANEA: LUCE,
CALORE E ARMONIA
ESPRESSIVA

a cura di Monica Pilotto,
testo di Sandro Sangiorgi,
ricette di Claudia Compagni,
foto di Felice Scoccimarro,
styling di Alkèmia





TEGLIA DI CIPOLLE
E POMODORI RIPIENI

pag. 114

l'abbinamento

È DOCUMENTATA LA VOCAZIONE DEI VINI DI CIRÒ SUI PRODOTTI DELL'ORTO. DEL RESTO LA CAMPAGNA DI QUEL TRATTO DI CALABRIA, DOVE LA TERRA E IL MARE CREANO UN TERROIR INCONFONDIBILE, DONA VERDURE, FRUTTI E OLI DALLA QUALITÀ SPECIALE. IL **CLASSICO SUPERIORE DI TENUTA DEL CONTE** TENDE ALLA PERFEZIONE: QUANDO ENTRA IN BOCCA, DOPO CHE ABBIAMO DEGLUTITO IL CIBO, CERCA OGNI INGREDIENTE PER VIVIFICARNE IL CARATTERE E CREA UNA SORTA DI GALLERIA D'ARTE. IL **CLASSICO SUPERIORE DI COTE DI FRANZE**, SONTUOSO E PERSISTENTE, VORREBBE PARTECIPARE ALLA FARCITURA DI CIPOLLE E POMODORI, TANTO È INNAMORATO DELLA CARNE, SOPRATTUTTO QUANDO È INSAPORITA DA UOVA E PARMIGIANO. OPPOSTO È L'APPROCCIO DEL **CLASSICO SUPERIORE DELL'AQUILA**, PIÙ ASCIUTTO E INCISIVO, CERCA IL CONTRASTO E OTTIENE UN RISULTATO ECCELLENTE GRAZIE ALLA SUA PARTECIPE VERACITÀ.

«Da sempre, la prima cosa che ti chiedono a Cirò è a che punto sei con la vigna. La domanda sulla famiglia viene dopo. Qui il tempo degli uomini è scandito dai ritmi del vigneto». È la voce di Francesco De Franco, lui e Cataldo Calabretta guidano la riscossa qualitativa di questa denominazione dalla storia antichissima, producendo in maniera rigorosa, incoraggiando colleghi e colleghe a recuperare le vigne migliori prima che siano abbandonate.

Tutte le denominazioni calabresi hanno vissuto alterne fortune e non sempre il successo economico ha portato un esito positivo. Le grandi quantità e la larga diffusione di uve e mosti hanno avuto sul Cirò un effetto devastante. Il Gaglioppo, vitigno principe della zona, offre infatti un alto grado zuccherino anche producendo oltre cento quintali

per ettaro. Poi ci sono i modelli enologici contemporanei che, attraverso ingiustificate concentrazioni della materia e uso sbagliato delle botti, hanno “deformato” i pregi della più importante uva calabrese: la luminosità, la finezza odorosa, l'essenzialità del corpo e la notevole grana tannica. Sono questi gli aspetti sui quali fondare un'identità che restituisca l'originale interazione tra vite e luogo.

La denominazione si estende su due comuni principali, Cirò e Cirò Marina, e sulle porzioni di altri due comuni, Crucoli e Melissa, di quest'ultimo esiste anche il vino omonimo. Il Consorzio, fondato nel 2003, comprende tutte le Doc di questa striscia di vigneti che danno le spalle alla Sila e la faccia allo Jonio. Il paesaggio dolce e duro, irregolare, esprime un diverso concetto di armonia.

segue >

MAIALE IN UMIDO CON PORCINI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 20 MINUTI
COTTURA 2 ORE 40 MINUTI
630 CAL/PORZIONE

**600 g di spalla di maiale – 500 g di
porcini piccoli – 400 g di pomodori
pelati – 10 g di porcini secchi
– 4 pomodori secchi – 1,5 dl di Cirò
rosato – 2 dl di brodo vegetale
– 1 spicchio d'aglio – 20 g di burro – olio
extravergine d'oliva – sale – pepe nero**

1 Mettete a mollo i pomodori secchi e, separatamente, i funghi secchi in acqua calda per 15 minuti; intanto tagliuzzate i pomodori pelati, tagliate la spalla di maiale a grossi dadi e insaporiteli con una presa di sale e una macinata di pepe. Pulite i funghi, eliminando la parte terrosa dei gambi e strofinandoli delicatamente con un telo umido per eliminare tutti i residui di terra. Quindi tagliateli a metà nel senso della lunghezza.

2 Sciogliete il burro con 4 cucchiaini di olio in una casseruola di ghisa, unite l'aglio sbucciato e rosolate la carne per 10 minuti, girandola su tutti i lati. Versate il vino e lasciatelo leggermente evaporare, unite il brodo bollente, i pomodori pelati preparati, i pomodori e i funghi secchi scolati e tritati, regolate di sale, mescolate, coprite e trasferite la casseruola in forno già caldo a 160°.

3 Cuocete per un'ora e mezza, unite i porcini e proseguite la cottura per un'altra ora con la casseruola coperta. Lasciate riposare per 10 minuti prima di servire.

l'abbinamento

QUANDO SI TRATTA DI VINI DALLA FISIONOMIA ARISTOCRATICA E DAL BOUQUET COMPLESSO, DEFINITI E AUTOREVOLI NELLO SVILUPPO DEL SAPORE, A CONTARE È LA CAPACITÀ DI FONDERE LA FORZA DELLA MATERIA PRIMA CON LA COMPLESSITÀ DELLA PREPARAZIONE: APPENA UNA DELLE DUE CALA, IL VINO RISCHIA DI TRACIMARE E NASCONDERE IL GUSTO DEL CIBO. IL **CIRÒ RISERVA DI 'A VITA** – “LA VITE” IN DIALETTO CIROTANO – INTERPRETA L'ACOSTAMENTO PER QUELLO CHE È: UNA MISSIONE SENZA RITORNO; NON GLI INTERESSA DI PERdersi NEI MEANDRI DI CIÒ CHE LA CARNE HA LASCIATO IN BOCCA,

CONSAPEVOLE DI CONQUISTARE PER SEMPRE LA NOSTRA MEMORIA. PIÙ CONTROLLATO IL COMPORTAMENTO DEL **CIRÒ RISERVA DI CALABRETTA**, AL QUALE ARRIDE LA COMBINAZIONE TRA PORCINI, CIPOLLE E POMODORO, VISTO CHE LA SUA TRAMA È COME UN CONTENITORE CHE TRAGHETTA LA BELLEZZA DEL PIATTO. NON FA UN PASSO INDIETRO LA **RISERVA PIÙ VITE DI ARCURI**: ABBRACCIA IL PROFUMO DEL PIATTO COL SUO EFFLUVIO PROFONDO, HA UN PASSO REGALE E SI PRESENTA ALL'INCONTRO CON LA PERSISTENZA DEL CIBO CONSAPEVOLE CHE NE USCIRÀ INTERO E VINCENTE.



Gli altipiani si sollevano in modo repentino dal mare e, nel giro di pochi chilometri, arrivano a 300 metri di altezza. Ci sono scenari dai passaggi violenti, vedute di valli profonde scavate dal Lipuda, il torrente che fende il territorio e ha un'influenza determinante sul microclima di questo fitto contesto viticolo. Cirò ha la più alta densità di piante per ettaro della regione. Il corpo dei vigneti va verso l'interno, interrotto da poderosi ulivi e fichi d'India, e arriva a scenari impressionanti che preludono le altezze della Sila, oltre boschi profondi di querce e castagni, tra le zone appenniniche più incontaminate e suggestive del Meridione. «Grazie alle benevole condizioni pedoclimatiche potremmo

istituire un vero distretto biologico. Ventilazione, presenza di luce solare costante, assenza di umidità o di piogge prolungate sono gli aspetti favorevoli a una conduzione sana e compatibile con la natura». A questa dichiarazione di De Franco fa eco quella del collega Calabretta: «Abbiamo ricominciato a piantare la vigna, a mettere il Gaglioppo al centro, e ne è emerso un carattere unico. Il clima ci aiuta molto. In passato facevamo trattamenti solo sulla base di una paura inconsistente. Quando ritorni a osservare, a prestare attenzione, ti rendi conto che i trattamenti in vigna “a comando” vengono fatti solo per stare sicuri, ma sono totalmente inutili».



SARDE RIPIENE CON CIPOLLOTTI

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
325 CAL/PORZIONE

400 g di sarde pulite e spinate
– **2 cipollotti viola** – **50 g di mollica di pane fresco** – **40 g di pecorino romano grattugiato** – **1 tuorlo**
– **3 rametti di origano fresco** – **1/2 dl di Cirò rosato** – **olio extravergine d'oliva** – **sale** – **pepe nero**

1 Mondate i cipollotti, tagliateli a fettine e stufatele dolcemente in una padella con 2 cucchiari di olio finché saranno diventate molto morbide. Lasciatele raffreddare e intanto fate ammorbidire la mollica di pane in acqua fredda, poi strizzatela e impastatela con i cipollotti, il pecorino, una presa di sale, una macinata di pepe, il tuorlo e le foglie di 2 rametti di origano tritate finemente.

2 Aprite le sarde a libro, salatele leggermente, farcitele con il composto preparato e richiudetele. Disponetele in una teglia con la parte aperta rivolta verso l'alto, conditele con 3 cucchiari di olio e il vino e trasferitele nel forno caldo a 180° per 20 minuti. Servitele ancora calde o appena tiepide guarnite con l'origano fresco rimasto.

l'abbinamento

POSSIAMO DIRE DA SUBITO CHE CHI VUOLE USARE IL CIRÒ ROSATO PER CUCINARE IN FORNO, AL POSTO DEL VINO BIANCO, POTRÀ CREARE UNA CONNESSIONE CON IL PRODOTTO CHE ANDRÀ A TAVOLA. LE SARDE SENTONO VICINI I VINI DI MARE, SOPRATTUTTO QUELLI CHE HANNO UN'ACIDITÀ MODERATA E

SANNO "PRENDERLE" DAL VERSO GIUSTO. IL **MABILIA DI IPPOLITO** È NATO PER ACCOMPAGNARE, LA SUA LEVITÀ NON LO PORTA A CONTRASTARE LA SOSTANZA DEL RIPIENO, TUTTAVIA SA RITIRARSI CON ELEGANZA, È ADATTO A CHI AMA LA FRESCHEZZA SU TUTTO. PIÙ EQUILIBRATO IL CONFRONTO CON IL **ROSATO DI VIGNETI VUMBACA** CHE HA

GRADUALITÀ ODOROSA E POTERE GUSTATIVO, UNO SCAMBIO SERIO E DALL'ESITO NON SCONTATO. IL **ROSATO DI SCALA** È DESTINATO A DEDICARSI AL RIPIENO, IN PARTICOLARE CREA UNA CONNESSIONE TRA IL PECORINO E L'INVOLUCRO, COME SE CUOCESSE DI NUOVO LE SARDE MOSTRANDONE L'ESSENZA PIÙ PROFONDA.

La Doc Cirò poggia sul Gaglioppo, con l'unica eccezione del Bianco che è ottenuto da Greco in grande prevalenza. Il Cirò Rosato è prodotto con la pressatura soffice alla quale segue una breve macerazione sulle bucce, condotta con prudenza visto il potere tannico che può arrivare nel vino finito. Questo rosé è orientato a ricette di mare non troppo complesse, come guazzetti leggeri di pesci saporiti e minestre dalla delicata densità con frutti di mare e legumi; lo si può apprezzare anche sulla cucina vegetariana, pensiamo alle polpette alle melanzane e ad alcune preparazioni di verdure ripiene. Il Cirò Rosso Classico è considerato una versione "base" - si mostra adatto a un pasto intero - nella

quale si ritrova la spontaneità marina dei profumi e un calore amico, mai sopra le righe. Ha successo sui primi piatti: paste integrali ripassate con sughi di carne ovina, caprina e suina; a questi possiamo far seguire fettine di manzo alla parmigiana. Nella versione Riserva è gratificata l'interesse del Gaglioppo; il suo effluvio aristocratico, unito alla sana rusticità gustativa, sposa i secondi di carne più articolati e complessi della cucina mediterranea, dagli umidi ottenuti con lunghe cotture agli arrostiti di animali dalla fibra serrata. Nella maturità il Cirò Riserva raggiunge un livello di accoglienza ideale per i formaggi vaccini stagionati dalla pasta ancora morbida.

le nostre scelte

9 bottiglie selezionate privilegiando varietà del territorio e approccio naturale nei criteri di produzione



Classico Superiore Tenuta del Conte,
0962 36239, € 17
L'azienda della famiglia Parrilla ha riscoperto la naturalità; il vino è verace, solare e floreale, l'interesse del frutto incontra la cedevole sapidità del baccalà in umido con olive.



Classico Superiore Cote di Franze,
392 6911606, € 15
La coltivazione biologica e le fermentazioni spontanee danno un rosso profondo che consigliamo sul morzello, nobile espressione del quinto quarto di bue.



Classico Superiore Mortilla Dell'Aquila,
329 7420323, € 18
La vigna esposta a sud è a Cirò Marina, a 300 metri s.l.m.; il prodotto ha un'eleganza penetrante da servire su una pasta con funghi, patate e caciocavallo silano.



Classico Riserva 'A Vita,
329 0732473, € 26
Viene dalla vigna più vecchia dell'azienda, esposta a nord, condizione che garantisce un'espressione varia e lunghissima, perfetta per il cinghiale al forno.



Classico Riserva Calabretta,
0962 31986, € 26,50
Deriva da alberelli di vent'anni in colline di argille e calcare, è generoso, disinvolto, la progressione merita gli involtini di podolica con pecorino crotonese, pane e prezzemolo.



Classico Riserva Più Vite Sergio Arcuri,
328 0250255, € 35
L'alberello di settant'anni dona la quintessenza del Gaglioppo, la severità del tannino e la presenza del corpo, una sfida di armonie sul capretto ripieno.



Cirò Rosato Mabilia Ippolito 1845,
0962 31106, € 9
Nasce dalle viti giovani della tenuta Mancuso su terreno sabbioso su matrice calcarea; il colore è un cerasuolo chiaro e lo sviluppo lineare sposa le polpette di melanzane.



Cirò Rosato Vigneti Vumbaca,
388 9320696, € 13
Proviene da un ettaro in zona Fedduraru, giardino protetto a due chilometri dal mare; fresco e fragrante, secco e salino, è adatto a guazzetti di pesce povero con pomodoro.



Cirò Rosato Scala,
0962 32716, € 14
La vigna a spalliera si trova a 150 metri di altitudine, l'esposizione è sud est, le uve raccolte in ottobre danno un vino intenso da provare sul polpo cucinato con peperoni e patate.

Prezzi forniti dalle aziende: possono subire variazioni a seconda del rivenditore

si serve così

IL CIRÒ ROSATO DAL COLORE CHIARO E DAL SAPORE DELICATO MERITA UNA TEMPERATURA DI 12°; GLI ESEMPLARI CHE HANNO MAGGIORE INTENSITÀ POSSONO ANDARE A TAVOLA A 14°. IL CIRÒ ROSSO CLASSICO ESPRIME LA SUA VENA

DUTILE E GENEROSA A 15-16° E PUÒ INVECCHIARE CON SUCCESSO PER 7-10 ANNI. LA VERSIONE RISERVA DISPONE AL MEGLIO I PROPRI TANNINI A 18°, LO SVILUPPO NEL TEMPO PUÒ AVVENIRE



LUNGO OLTRE 30 ANNI, DURANTE I QUALI AFFINA IL BOUQUET E ATTENUA LA PROPRIA SEVERITÀ. STAPPATE LA BOTTIGLIA AL MOMENTO E LASCIATE APRIRE IL VINO NEL CALICE.



TEGLIA DI CIPOLLE E POMODORI RIPIENI

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 30 MINUTI
COTTURA 1 ORA
440 CAL/PORZIONE

400 g di carne macinata di vitellone
– 6 cipolle rosse medie – 6 pomodori ramati – 40 g di pinoli – 4 rametti di timo – 1 uovo – 40 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato
– olio extravergine d'oliva – sale

1 Sbucciate le cipolle e cuocetele per 15 minuti in acqua salata in leggera ebollizione. Scolatele, lasciatele raffreddare, tagliate la calotta superiore, svuotate l'interno lasciando 2-3 foglie in modo da ottenere dei cestini e tritate finemente la polpa asportata.
2 Lavate i pomodori, eliminate la calotta, prelevate la parte interna con uno scavino rotondo e tritate anche questa. Scaldate 3 cucchiaini di olio in una padella, aggiungete il trito di cipolle e pomodori, regolate di sale, unite le foglioline di 2 rametti di timo tritate e la metà dei pinoli spezzettati, poi fate cuocere per 5 minuti.
3 Lasciate raffreddare e mescolate il composto con la carne macinata, l'uovo, il parmigiano e una presa di sale. Farcite i gusci di cipolla e pomodoro, cospargete il ripieno con i pinoli rimasti, coprite i pomodori con la calotta delle cipolle e viceversa e trasferite il tutto in una teglia con 4 cucchiaini di olio. Cuocete le verdure in forno già caldo a 180° per 35-40 minuti e servitele tiepide cosparse con il timo rimasto.

LA CUCINA È CREATIVITÀ E SCAMBIO DI IDEE.
ECCO PERCHÉ AMIAMO CURIOSARE
TRA LE VOSTRE FOTO E I VOSTRI COMMENTI

LA PIÙ CLICCATA

Sapori d'estate

Maccheroni, grana, mozzarella, pomodori e tanti profumi. C'è qualcosa di più gustosamente italiano? Sembrerebbe di no, se questo è il piatto che vi è piaciuto di più.



LA RICETTA DEL CUORE

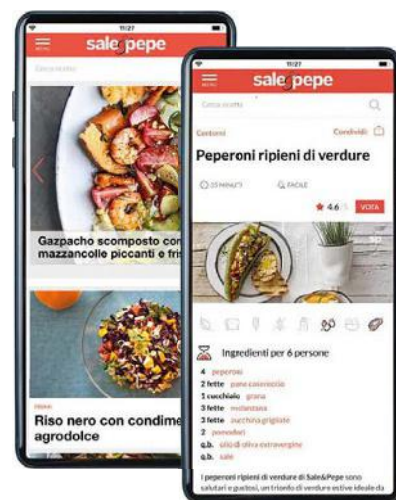
UNA BASE DI BISCOTTI (INTEGRALI), UN DELIZIOSO COMPOSTO DI PESCHE E YOGURT E TANTI DADINI DI FRUTTA PER COMPLETARE: UN DESSERT FRESCHISSIMO CHE HA RISCOSSO MOLTISSIMI CONSENSI SUI NOSTRI CANALI. E NON C'È DI CHE STUPIRSI!!



LA NEWS PIÙ LETTA

Paella, storia e curiosità

Tanti i temi che vi hanno appassionato tra quelli proposti su sito e social nelle ultime settimane (come le zuppe fredde o le alternative al prosciutto e melone). Tra gli altri uno è dedicato all'icona iberica dell'evasione vacanziera. Di origine contadina (con ingredienti di terra), nel tempo si è arricchita con i sapori del mare. I segreti per prepararla? Gli ingredienti (il riso giusto, per cominciare), la pentola da cui prende il nome (ma anche un'ampia padella) e la tecnica: non va mescolata ma scossa...



IN EVIDENZA

La nostra web app

Volete visualizzare sullo smartphone tutte le nostre ricette e video ricette in una versione chiara e immediata? Se non l'avete ancora fatto, scaricate la nostra web app: basta cliccare sull'icona per avere ogni giorno nuovi spunti per la tavola, consultare (e replicare in tutta comodità) gli oltre 7mila piatti sul nostro sito.

Come si fa? Da sistema operativo IOS o Android accedete al sito salepepe.it e seguite le istruzioni in fondo alla pagina. Inquadrate il QR per i dettagli.



SFOGLIA fotografa condividi

SEGUITECI SUI NOSTRI CANALI!
FACEBOOK: @SALEPEPEMAGAZINE
INSTAGRAM: @SALEPEPE.IT
TAGGATECI E POSTATE LE VOSTRE FOTO CON #FOODSTYLELOVERS
PER ACCEDERE AL SITO (E SCARICARE L'APP) INQUADRATE IL QR QUI SOTTO



LE VOSTRE STORIE

Siete in tanti a portare in cucina il nostro Sale&Pepe: ce lo raccontate su IG con le vostre raccolte (@quellachefafafood e @cacaurodrigues) e creazioni (il rotolo di carasau di @elecolo1987 e la crostata di pesche e amaretti di @ilaria_lambri)



TECNICHE

salse DI POMODORO

CON L'ORTAGGIO DEL MESE PREPARATE
QUESTE GUSTOSE SALSINE AGRODOLCI,
IDEALI PER ACCOMPAGNARE CARNI,
VERDURE, PESCE E TANTO ALTRO ANCORA...

a cura di Monica Pilotto, in cucina Livia Sala,
foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda





Vierge

1 Scottate 500 g di pomodori in acqua bollente, privateli di pelle e semi e tritateli. Fate appassire in casseruola 1 spicchio d'aglio e 1 scalogno tritato con 1 dl di olio extravergine d'oliva.

2 Unite i pomodori e cuocete a fiamma media per 4-5 minuti, aggiungendo il succo di 1/2 limone, 1/2 cucchiaino di zucchero, le foglie tritate di 1 rametto di basilico, sale e pepe.

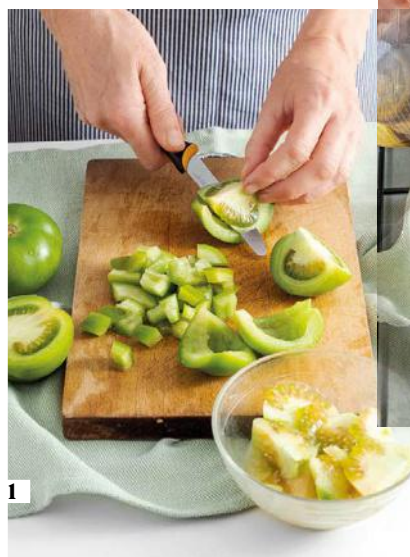
3 Questa salsa è ottima per condire verdure calde o per accompagnare carne, pesci e crostacei alla griglia.

Di pomodori verdi

1 Mondate 1 kg di pomodori verdi, eliminate i semi e tagliateli a dadini; metteteli in casseruola con 1 spicchio d'aglio e 1 peperoncino piccante tritati.

2 Bagnate con 2,5 dl di aceto bianco, 1 cucchiaino di zucchero e 1 di sale e portate a ebollizione. Cuocete per 10 minuti, unite altri 2,5 dl di aceto e un filo d'olio. Dopo altri 20 minuti spegnete e fate raffreddare.

3 Servite questa salsa piccantina su pane tostato come bruschetta.



Coulis di pomodori cotti

1 Riscaldare 1,5 dl di olio extravergine d'oliva con 2 spicchi d'aglio, 60 g di scalogni tritati e un mazzetto guarnito. Unire 750 g di pomodori spellati, privati di semi e tagliati a pezzetti, un pizzico di zucchero e 6 grani di pepe pestati.

2 Cuocete per 1 ora, eliminate il mazzetto guarnito, frullate e condite con un filo d'olio.

3 Usate il coulis per condire la pasta, con verdure ripiene, per insaporire salse di pesce e besciamella

TECNICHE **SALSE DI POMODORO**

Tagliata con salsa vierge

1 Fate marinare per un'ora al fresco (non in frigo) 800 g di controfiletto di manzo con 1 bicchiere di vino bianco, unite 4 cucchiaini di olio, 1 spicchio d'aglio schiacciato, qualche ciuffetto di rosmarino e 3-4 grani di pepe pestati.

2 Scaldate una piastra di ghisa e cuocete la carne 3 minuti per lato; avvolgetela in un foglio di alluminio e fatela riposare al caldo per altri 3-4 minuti. Affettate la carne e servitela ben calda con cucchiaiate di salsa vierge.



Bruschette con salsa di pomodori verdi

1 Tagliate a fette 300 g di pane di Altamura, dividetelo a metà e tostatele sotto il grill del forno per 1-2 minuti per parte, finché diventeranno ben croccanti in superficie.

2 Guarnitele ancora calde con la salsa di pomodori verdi e portatele subito in tavola. In alternativa, se vi piace, potete tagliare 2 baguette nel senso della lunghezza, distribuire la salsa di pomodori verdi e servirle con una fettina di prosciutto crudo oppure con lardo o pancetta tostati in padella.

Verdure ripiene con coulis di pomodori cotti

1 Lessate 4 zucchine per 10 minuti, tagliatele a metà nel senso della lunghezza e svuotatele. Mescolate 100 g di carne di manzo macinata con 100 g di salsiccia spellata, 20 g di grana padano Dop grattugiato, una presa di sale, uno spicchio d'aglio e un ciuffo di prezzemolo tritati.

2 Distribuite il composto nelle zucchine, mettetele su una placca rivestita con carta da forno, cospargetele con qualche pinolo e trasferitele in forno già caldo a 200° per circa 30 minuti. Con lo stesso ripieno potete farcire anche 4 cipolle rosse o 4 peperoni, questi ultimi non vanno lessati. Servite le verdure con il coulis di pomodori.

LE DOSI SONO PER 6 PERSONE



il Ketchup, la salsa più famosa del mondo

LA PRIMA RICETTA DI TOMATO KETCHUP È DEL 1812, PORTA LA FIRMA DI JAMES MEASE E FU SUBITO UN SUCCESSO PLANETARIO. ECCO LA RICETTA PER 2 VASI DA 250 ML: RIUNITE IN CASSERUOLA 1,5 KG DI

POMODORI PERINI TAGLIATI A TOCCHETTI E 1 CIPOLLA TRITATA, SALATE E CUOCETE PER 20-25 MINUTI. PASSATE LA SALSA AL PASSAVERDURE, VERSATELA NELLA CASSERUOLA, UNITE 4 CUCCHIAI DI ZUCCHERO DI

CANNA, 1 SPICCHIO D'AGLIO, 1 FOGLIA DI ALLORO TRITATA, PEPE, 1/2 CUCCHIAINO DI CANNELLA, 4 CHIODI DI GAROFANO PESTATI, 2 CUCCHIAI DI SENAPE IN POLVERE E 0,5 DL DI ACETO DI MELE. FATE BOLLIRE,

ABBASSATE LA FIAMMA E CUOCETE PER 35 MINUTI. PASSATE LA SALSA AL SETACCIO, METTETELA DI NUOVO IN CASSERUOLA E FATELA ADDENSARE PER ALTRI 10 MINUTI. DIVIDETE NEI VASI, STERILIZZATE.



NEL PROSSIMO NUMERO:
LE SALSE SUDAMERICANE

SALI *pregiati*

DIVERSI PER PROVENIENZA, COLORE E, PER I PALATI GOURMET, ANCHE SENTORI DI GUSTO, ESALTANO IL SAPORE DELICATO DI CROSTACEI, PESCI E CARNI BIANCHE. RAFFINATI SE UTILIZZATI COME TOCCO FINALE, DIVENTANO SPECIALI NELLE COTTURE IN CROSTA

a cura di Paola Mancuso





SCAMPI AL SALE DI CERVIA AGRUMATO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
150 CAL/PORZIONE

**1,2 kg di grossi scampi – 2 albumi
– 5 limoni non trattati – 5 arance
non trattate – 1,5 kg di sale
di Cervia grosso
per accompagnare 2 mazzetti
di ravanelli – 2 lime non trattati
– 20 g di burro – sale – pepe**

1 Lavate i limoni e le arance, asciugateli e grattugiatene la scorza utilizzando una grattugia a fori larghi. Raccogliete le scorze grattugiate in un'ampia ciotola e mescolatele con il sale di Cervia e gli albumi leggermente sbattuti.

2 Disponete gli scampi in una teglia che li contenga a misura, foderata di carta da forno, e copriteli con il sale agrumato preparato, compattando bene con le mani. Cuoceteli nel forno già caldo a 200° per 15 minuti.

3 Nel frattempo, lavate i lime, asciugateli e, con l'apposito rigalimoni, ricavate tanti filini dalla scorza; quindi, spremeteli. Pulite e affettate sottilmente i ravanelli, salateli, pepateli, spruzzateli con il succo dei lime e passateli in padella con il burro, fuso, per qualche minuto. Levate la teglia dal forno, spezzate la crosta di sale e prelevate gli scampi. Serviteli accompagnati con i ravanelli preparati, guarniti con i filini di scorza di lime.

NOSTRANI O ESOTICI

IL SALE È UNA DELLE ECCELLENZE DEL NOSTRO PAESE, CHE VANTA ZONE STORICAMENTE VOCATE ALLA SUA ESTRAZIONE DALL'ACQUA MARINA. A QUESTE TIPOLOGIE SE NE SONO AFFIANCATE ALTRE CHE ARRIVANO DA LONTANO, SPESSO IDENTIFICATE DAGLI INSOLITI COLORI: DAL NERO DI CIPRO, ARRICCHITO CON CARBONE VEGETALE E ADATTO A CARNI E PESCI ALLA GRIGLIA, AL ROSSO HAWAIANO, DALLA SAPIDITÀ INTENSA E AROMA DI NOCCIOLE TOSTATE, OTTIMO SUI FORMAGGI FRESCHI. SCOPRIAMO ORIGINE E CARATTERISTICHE DEI TIPI DI SALE UTILIZZATI IN QUESTI PIATTI.

DI CERVIA PRODOTTO NEL RAVENNATE, ALL'INTERNO DELLA RISERVA NATURALE PARCO DEL PO, È UN SALE MARINO NON RAFFINATO, DI COLORE BIANCO CON SFUMATURE GRIGIO-AZZURRE, RICCO DI OLIGOMINERALI. CONOSCIUTO ANCHE

COME "SALE DOLCE" PERCHÉ NON RILASCIAM SENTORI AMARI, HA UN SAPORE ELEGANTE CHE SI SPOSA BENE CON I PIATTI DI PESCE ED ESALTA ANCHE DOLCI E CIOCCOLATO.

ROSA DELL'HIMALAYA È UN SALE DI MINIERA, ESTRATTO DAL SOTTOSUOLO DELLE MONTAGNE DEL PUNJAB, IN PAKISTAN, DOVE È ELEVATA LA PRESENZA DI FERRO, RESPONSABILE DEL SUO CARATTERISTICO COLORE. DI GUSTO ROTONDO E SAPIDITÀ MORBIDA, È ADATTO A OGNI TIPO DI CIBO, ANCHE AI DOLCI.

DI TRAPANI INSIGNITO DELL'IGP, VIENE PRODOTTO ALL'INTERNO DI UNA RISERVA NATURALE NEL NORD-OVEST DELLA SICILIA. È UN SALE MARINO INTEGRALE CHE NON SUBISCE TRATTAMENTI, RICCO DI MINERALI (SOPRATTUTTO MAGNESIO E POTASSIO). I CRISTALLI SONO BIANCHI, UMIDI, MOLTO SOLUBILI E DI SAPORE INTENSO.

PASSATO DI CICERCHIE CON FASOLARI, FILETTI DI TRIGLIA E SALE ROSA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 15 MINUTI
COTTURA 35 MINUTI
475 CAL/PORZIONE

400 g di cicerchie secche decorticate
– 1 cipolla – 1 spicchio d'aglio – 10 cm di
alga kombu essiccata – 12 fasolari – 150 g di
filetti di triglia – olio extravergine d'oliva –
sale rosa dell'Himalaya – pepe bianco

1 Lessate le cicerchie in acqua fredda insieme all'alga e alla cipolla spellata per 30 minuti dall'ebollizione. Intanto, aprite i fasolari: inserite tra le valve la lama di un coltello e fatela scivolare lateralmente, incidendo e forzando leggermente il guscio. Aperte le valve, recuperate l'acqua interna e filtratela attraverso una garza

finissima. Staccate i molluschi, sciacquateli se c'è sabbia, quindi eliminate la sacca intestinale e, con un batticarne, battete delicatamente il corallo rosso per ammorbidirlo. Immergete i molluschi nella loro acqua filtrata.
2 Frullate le cicerchie cotte con il loro brodo e gli aromi di cottura; unite un filo d'olio, sale, pepe ed eventualmente poca acqua bollente, se la crema fosse troppo densa. Scaldate 3 cucchiaini d'olio con l'aglio spellato e tritato finissimo e, prima che prenda colore, aggiungete i filetti di triglia sul lato della polpa. Cuoceteli per pochi minuti senza voltarli, quindi levateli delicatamente con una paletta e teneteli in caldo. Nello stesso condimento, fate saltare per un istante i fasolari con la loro acqua.
3 Distribuite la crema di cicerchie in ciotole individuali, sistematevi sopra triglie e fasolari e completate con sale rosa macinato al momento.



GALLETTI IN CROSTA DI SALE DI TRAPANI AL PEPERONCINO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 45 MINUTI
213 CAL/PORZIONE

2 piccoli galletti già puliti – 3 albumi
– 6 cucchiaini di paprica dolce
– 1 cucchiaino di peperoncino
tritato – 2 mazzetti aromatici (alloro,
finocchietto, salvia, timo) – 2 spicchi
d'aglio – 3 kg di sale di Trapani grosso

1 Inserite all'interno di ciascun galletto 1 spicchio d'aglio schiacciato e 1 mazzetto aromatico. Versate il sale in un'ampia ciotola e mescolatelo con gli albumi sbattuti, la paprica e il peperoncino.
2 Foderate di carta da forno una teglia, distribuitevi circa 1 terzo del sale aromatico preparato, ponetevi sopra i galletti e copriteli con il sale rimasto, compattandolo bene con le mani.
3 Cuocete nel forno già caldo a 200° per 45 minuti. Lasciate intiepidire, rompete la crosta e servite i galletti con insalata mista.



sale&pepe shopping

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



Brimi Linea Senza Lattosio

Con latte 100% dell'Alto Adige senza OGM e meno dello 0,01% di lattosio. La gamma "free from" di Brimi è perfetta per coloro che sono intolleranti o che faticano a digerirlo. Mozzarella (125 g), panetto (250 g) e ricotta (200 g): da gustare al naturale o per le vostre ricette in cucina.



Mila Latte Fieno "Più Giorni" 100% Dell'Alto Adige

Prodotto esclusivamente nei masi altoatesini, ha un gusto pieno, fresco e naturale. Ricco di preziose sostanze nutritive, senza OGM, è un latte di altissima qualità. Grazie a un delicato trattamento termico mantiene intatte le sue caratteristiche per "più giorni". Intero e Parzialmente scremato nel formato da 1 litro.



Pan Piuma Pan Piumino Biologico

Preparato con solo 6 ingredienti da agricoltura biologica, non contiene zuccheri aggiunti, coloranti, conservanti né additivi. Morbidissimo e gustoso, le sue fette sono più piccole e senza crosta, pensate apposta per i bambini. Fino al 31 ottobre 2021 con Pan Piumino un ingresso omaggio a Gardaland, valido fino al 30 giugno 2022.



Maruzzella Filetti di Tonno

Prodotti esclusivamente con tonno di prima scelta Qualità Pinne Gialle, sono caratterizzati da una carne di colore rosa chiaro, piuttosto magra. Sono accuratamente selezionati e confezionati a mano. Il formato in vaso di vetro esalta il prodotto ai suoi massimi livelli, lo rende raffinato e di alta qualità, ideale per i consumatori più esigenti.



Martini Mini Spiedini di Suino

Fatti con carne di suino 100% italiana, proveniente da allevamenti senza uso di antibiotici (negli ultimi 4 mesi), sono un piatto appetitoso e saporito. Nel mini formato per una cottura più uniforme e veloce sono perfetti sulla griglia, ottimi in padella o al forno, come antipasto o secondo veloce.



Stuffer Active Mix Bianco

Active Mix BB-12® è uno yogurt funzionale dedicato a chi pensa al proprio benessere, grazie agli effetti benefici del probiotico BB-12® sulla salute gastrointestinale e sulla funzione immunitaria. A base di latte intero e senza conservanti aggiunti, è reso ancora più goloso da un mix di mele, mandorle e cereali.



100% Frullato Valfrutta

Solo frutta 100% senza zuccheri aggiunti, senza coloranti e conservanti. Tre ricette esclusive da gustare in ogni momento della giornata: 100% Frullato Pera Uva Banana, 100% Frullato Fragola Mela Ribes Mirtillo e 100% Frullato Pesca Uva Banana. Nel brick da litro è perfetto per tutta la famiglia.



Koch Pizza Pala

La Pizza Pala è l'ultima novità lanciata dal marchio altoatesino Koch. Fresca surgelata, è una margherita classica, preparata con pomodoro e mozzarella, dalla forma allungata. Viene precotta, in modo da ridurre i tempi di preparazione per essere pronta in pochi minuti. In confezione da 320 gr.



Dadi Biologici Bauer

Composti solo da ingredienti certificati BIO, con l'aggiunta di oli vegetali bio non idrogenati ed estratto di lievito 100% biologico. Non contengono glutine, lattosio e glutammato di sodio. Certificazione biologica CSQA, che assicura la tracciabilità delle materie prime e del prodotto finito. In tre varianti: Vegetale Bio, Pollo e Carne Biologici.

nel numero di ottobre

sale&pepe

Stile Italia Edizioni

settembre 2021

DIRETTORE EDITORIALE
Maurizio Belpietro

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano - laura.maragliano@stileitaliaedizioni.it

REDAZIONE
Livia Fagetti CAPOREDATTORE - livia.fagetti@stileitaliaedizioni.it
Enza Dalessandri CAPOREDATTORE - enza.dalessandri@stileitaliaedizioni.it
Barbara Galli CAPOREDATTORE - barbara.galli@stileitaliaedizioni.it
Silvano Vavassori CAPOREDATTORE - silvano.vavassori@stileitaliaedizioni.it
Cristiana Cassé CAPOSERVIZIO - cristiana.casse@stileitaliaedizioni.it
Monica Pilotto VICECAPOSERVIZIO - monica.pilotto@stileitaliaedizioni.it
Silvia Bombelli - silvia.bombelli@stileitaliaedizioni.it
Daniela Falsitta - daniela.falsitta@stileitaliaedizioni.it
Silvia Tatzozzi - silvia.tatzozzi@stileitaliaedizioni.it
Silvia Viganò - silvia.vigano@stileitaliaedizioni.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi RESPONSABILE - cinzia.campi@stileitaliaedizioni.it
Paolo Riosa RICERCA FOTOGRAFICA - paolo.riosa@stileitaliaedizioni.it

HANNO COLLABORATO A QUESTO NUMERO Stefania Aledi, Alkémia, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Sara Farina, Gian Marco Folcolini, Stefania Giorgi, Riccardo Lagorio, Veronica Leali, Martina Liverani, Maurizio Lodi, Paola Mancuso, Salvatore Marchese, Francesca Moscheni, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Enrico Saravalle, Francesca Salvemini, Monica Sartoni Cesari, Felice Scoccimarro, Laura Spinelli, Luciana Squadrilli, Giovanna Ruò Berchera, Sunray Photo,

SOCIETÀ EDITRICE: Stile Italia Edizioni Srl
- Via Vittor Pisani, 28, 20124 - Milano (MI)
Amministratore Delegato: Piergiorgio Bonometti
Registrazione del Tribunale di Milano
- Numero 464 del 8/9/1986

PUBBLICITÀ: O.P.Q. srl
20124 MILANO - Via G.B. Pirelli 30
Telefono 02/66992511 email: info@opq.it

DISTRIBUZIONE: Press-Di srl - Via Mondadori, 1
- 20090 Segrate (MI) fax 045.8884378

STAMPA: Puntoweb srl - Via Variante di Cancelleria snc - 00040 Ariccia (Roma)

REDAZIONE: Via Vittor Pisani, 28 - 20124 Milano

ABBONAMENTI: È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite il sito www.abbonamenti.it/sie
E-mail: info.abbonamenti@directchannel.it
Telefono dall'Italia: 02 4957 2008
Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 19

Abbonamenti

Gentile abbonato, desideriamo informarti che dal giorno 1 gennaio 2020 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. ha ceduto il proprio ramo d'azienda relativo all'area periodici alla società Stile Italia Edizioni srl. Per effetto di tale cessione, Stile Italia Edizioni srl. è subentrata nei rapporti contrattuali relativi al tuo abbonamento precedentemente instaurati tra te ed Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. Di conseguenza, i dati personali raccolti da Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. nell'ambito dell'instaurazione o in esecuzione del rapporto contrattuale di abbonamento, sono stati comunicati a Stile Italia Edizioni srl, che ne è divenuta titolare del trattamento ai sensi dell'articolo 4 n. 7 del Regolamento UE n. 679/2016 (General Data Protection Regulation - "GDPR"). Trattandosi di una cessione di ramo d'azienda i tuoi dati personali continueranno ad essere trattati secondo le politiche di gestione e trattamento di dati personali adottate in precedenza, in particolare, da Stile Italia Edizioni srl, che tratterà i tuoi dati personali per le stesse finalità e con le stesse modalità per le quali sono stati raccolti in fase di instaurazione del rapporto contrattuale con Arnoldo Mondadori Editore S.p.A., nel pieno rispetto dei principi in materia di protezione dei dati personali previsti dal GDPR e di qualsiasi altra normativa applicabile. Ti invitiamo a consultare l'informativa sul trattamento dei dati personali ai sensi dell'articolo 14 del GDPR che, conformemente all'articolo 14 paragrafo 5 lettera b) del GDPR, è resa disponibile al link www.stileitaliaedizioni.it/privacy-policy



Accertamento Diffusione
Stampa - Certificato
n. 8949 del 5 maggio 2021
Rilasciato a Editore Stile Italia Edizioni S.r.l.

indirizzi

SETTEMBRE 2021

- ADRIANA VACCARINO, IG:@adrianavaccarino
- ASA SELECTION, DISTR. da Merito, MERITO.IT
- BORMIOLI LUIGI, bormioli.luigi.com
- BORMIOLI ROCCO, bormiolirocco.com
- CLAYLAB, claylab.it
- D&M DEPOT, dm-deco.com
- ENERGIEKER.IT, energieker.it
- EXCELSA, excelsa.it
- FISKARS, fiskars.it
- H&M HOME, 2.hm.com/it
- IKEA, ikea.com
- KILNER, kilnerjar.co.uk
- LA FABBRICA DEL LINO, lafabbricadelino.com
- LE PARFAIT, leparfait.it
- MVH, mvh.it
- MARAZZI, marazzi.it
- MEPPA, meppa.it
- ONCE MILANO, oncemilano.com
- PAOLA PEZZA, IG:@paolapezza
- PINTI INOX, pinti.it
- PUEBCO BY NOVITÀ HOME, novitahome.it
- SERAX, serax.com
- SOCIETY LIMONTA, societylimonta.com
- TESCOMA, tescomaonline.com
- THUN, thun.com
- TVS, tvs-spa.it
- WECK, MCM EMBALLAGES DISTRIBUTORE UFFICIALE mcm-europe.fr/it
- ZARA HOME, zarahome.com

DOWNUP REGIONALI

- INTERRA CERAMICA, interraceramica.com
- OTTINETTI, ottinetti.it
- TOGNANA, tognanaporcellane.it
- VIRGINIA CASA, virginiacasa.it

ARROSTI CON LA FRUTTA
Meline, uva, noci e fichi mescolano le loro
essenze con i succhi della carne

DI CARNAROLI NON CE N'È UNO SOLO
Classico, stagionato, integrale: tanti tipi
per risotti contemporanei (lamponi
e trota, zucca e baccalà...)

GANACHE AL CIOCCOLATO
Le tecniche per prepararle e i dolci per
gustarle: crostate, torte soffici, brownies

in edicola dal 28 settembre

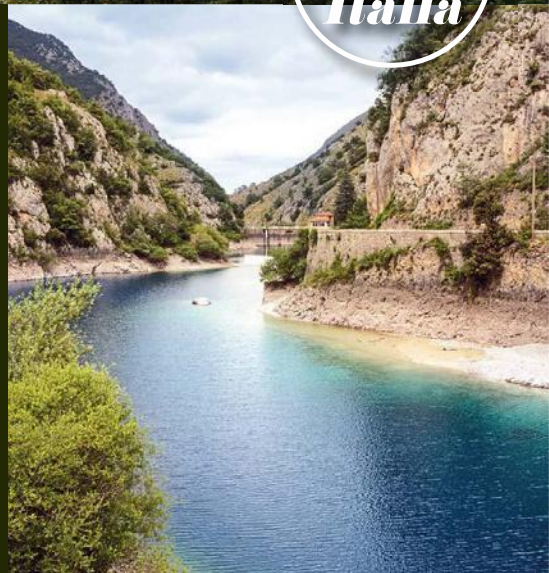
sale & pepe



SECONDA
PARTE
*Centro
Italia*



ITINERARI
a misura
di **WEEKEND**
in un Paese
ancora da scoprire
tra **PAESAGGI**
incantati e
BORGHI da fiaba,
alla scoperta
di prodotti del
TERRITORIO
strepitosi



DESTINATION
GUSTO





UN VIAGGIO TRA LE DESTINAZIONI DEL GUSTO

destinationgusto.it
lo shop online per gli amanti
del buon cibo.

Iscriviti alla newsletter:
ricevi subito uno sconto di benvenuto
e sei sempre aggiornato sulle promozioni dedicate.

Con **Destination Gusto** porti a tavola i sapori
e la tradizione del buon vivere, bere e mangiare italiano.



Messaggio pubblicitario di Intesa Sanpaolo e di B2X.

Il sito web www.destinationgusto.it è di proprietà di Intesa Sanpaolo ed è gestito dalla Società B2X srl. I prodotti offerti sul sito web www.destinationgusto.it sono venduti direttamente da B2X che è responsabile della vendita.

Destination Gusto è un'iniziativa di

INTESA  **SANPAOLO**

In copertina, dall'alto a sinistra in senso orario: il Trabocco Punta Cavalluccio in Abruzzo; vigneti Madrevite in Umbria; il borgo di Bardi nel Parmense; le Gole del Sagittario vicino a Sulmona; la chiesa di san Michele in Foro a Lucca; lamelle di tartufo di Italiatartufi a Cagli; Passignano sul Trasimeno; un momento della vendemmia di Madrevite.



In alto, da sinistra; colli trapunti dai filari ordinati nel Piacentino; la cattedrale di San Martino a Lucca; Assisi con la basilica di San Francesco. In basso, da sinistra: il portale della chiesa dell'Annunziata a Sulmona; il borgo medievale di Grotte di Castro nel Viterbese e la Riviera del Conero.

Sommario

4 Storie di cucina Un museo del gusto a cielo aperto

A caccia di prelibatezze nell'Italia Centrale lungo le rotte dei viaggiatori del Grand Tour

6 Emilia Romagna Nelle terre ducali di Parma e Piacenza

Giovani produttori stanno ripopolando le valli per riprendere antiche tradizioni. Il risultato? Vini, mieli e cereali strepitosi

11 Toscana Nel regno del cioccolato

Tra Pisa, Pistoia e Prato si apre il distretto più dolce della regione dove cioccolatieri e pasticciere celebrano irresistibili riti golosi

17 Umbria Verde infinito tra viti e ulivi

Alla scoperta di vini rossi poderosi e oli delicatamente piccanti in una terra gloriosa di città medievali e colline ordinate

22 Marche Dove arte e natura incontrano il cibo

Da Ancona alla costa del Conero fino all'entroterra di Fabriano e Frasassi, un itinerario fatto di paesaggi, monumenti e specialità

27 Lazio Tuscia, un tuffo nel passato

Lungo l'antica Via Francigena tra borghi suggestivi, laghi placidi e riserve naturali. In cerca di vini, oli e ortaggi da antologia

32 Abruzzo Le montagne incantate

Di vallata in vallata si ritorna a fare tradizione per dar vita a eccellenze assolute tra vini, formaggi e liquori. Ai margini di fitte foreste e villaggi arroccati di primitiva bellezza

a cura di Enza Dalessandri, testi di Riccardo Lagorio, foto dei piatti di Ubik/Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda, in cucina Aura Basso



“Ecco una delle principali norme di viaggio in Italia: bisogna vedere all'andata un mucchio di cose, che farebbero alzare le spalle al ritorno”. Così scriveva nel 1828 Stendhal che a più riprese venne nel nostro Paese, come molti altri stranieri (soprattutto durante tutto il '700 e l'800) attratti da questo “museo a cielo aperto”. Le città visitate principalmente erano quelle d'arte

come Venezia, Firenze, Roma e Napoli, ma piano piano si fecero strada anche quelle minori grazie al fatto che, una volta entrati in Italia, i viaggiatori del Grand Tour, potevano scegliere tre strade per arrivare a Roma, meta privilegiata del viaggio. E si sa, durante il tragitto c'erano un “mucchio di cose” da vedere, compresi i centri minori. Con la via Francigena, passando per Piacenza e il passo della Cisa, i viaggiatori del Grand Tour potevano arrivare a Lucca, Siena, Radicofani e Viterbo.

Attraversando il passo del Giego, prima, e della Futa poi toccavano Firenze per poi riunirsi a Siena alla via Francigena. Infine la via Emilia che da Piacenza portava a Rimini e poi a Fano e da qui prendendo la Flaminia si arrivava a Spoleto e Terni. Un viaggio attraverso l'Italia Centrale, proprio come quello che Sale&Pepe ha deciso di proporvi in questa seconda puntata. Come nel numero

Un museo del gusto a cielo aperto

UN VIAGGIO TRA I BORGHI DELL'ITALIA CENTRALE DISEGNA UN "GRAN TOUR" DEL CIBO. CON SUGGERIMENTI D'ANTAN, MA ATTUALISSIMO

di Laura Maragliano
ritratto di Gian Marco Folcolini

precedente, nostro partner d'eccezione è Destination Gusto, un'iniziativa di Intesa Sanpaolo pensata per promuovere le eccellenze enogastronomiche italiane. Un grande negozio online, gestito da B2X che offre a oltre 350 tra piccoli e medi produttori dell'agroalimentare italiano (presentati a uno a uno con schede esaustive) un canale commerciale digitale per far conoscere, in Italia e nel mondo, la qualità dei loro prodotti: oltre 3000 referenze tra salumi, formaggi, oli, vini, birre, conserve, pasta, dolci e molto altro tutti made in Italy. En-

trando nel sito di Destination Gusto e leggendo le pagine di Sale&Pepe, questo mese potrete immergervi nelle bellezze naturali dell'Appennino tosco emiliano e, proseguendo lungo la dorsale, immerersi nella vegetazione, far capolino nel dolce paesaggio marchigiano o nei verdi, riposanti colli umbri e di qui cogliere l'asprezza dei monti abruzzesi o scavallare e dirigersi verso la suggestiva Tuscia viterbese. Terre da scoprire tra borghi, castelli, fortezze e antiche pievi ma anche paesini sperduti, dove la parola turismo risuona ancora poco. Qui lontano dalle grandi città la vita ha ritmi naturali e si mangia bene sempre: salumi e

vini, preziosi extravergine, antichi cereali e legumi e, quando è stagione, funghi, castagne e tartufi. Ovunque non mancherà la pasta fatta a mano, semplice acqua e farina (senza uova, anche in Emilia). Perché un tempo le uova erano un bene prezioso, merce di scambio. Così l'impasto era “matto”: farina di grano duro o tenero combinata con quella di ceci, fave, castagne o mais. Il risultato era una pasta ruvida, ma sincera, che il condimento sublimava: strangozzi, umbricelli, maltagliati, tacconi, ciriole, lasagne bastarde, pici, zavarouni, lunghetti, penciarelle... Alla povertà sopperiva la fantasia della massaia dalle cui mani uscivano formati semplici ma da sembrare opera di un torchio.

PINCIARELLE IN SALSA DI MAGRO

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE
1 ORA E 30 MINUTI + RIPOSO
COTTURA 35 MINUTI
540 CALORIE/PORZIONE

400 g di farina 00 – 15 g di lievito di birra – 1 cucchiaino di zucchero – sale per il sugo 4 grosse cipolle – 200 g di alici sotto sale – 1/2 bicchiere di aceto bianco – 1/2 bicchiere di vino bianco – 1 limone non trattato – 1 ciuffo di prezzemolo – pangrattato – olio extravergine di oliva

1 Versate la farina sulla spianatoia, create un cratere al centro e mettetevi lo zucchero e il lievito di birra sbriciolato. Versatevi sopra un po' di acqua tiepida per far sciogliere zucchero e lievito, poi iniziate ad amalgamare la farina lavorando con un cucchiaino di legno. Aggiungete un pizzico di sale e ancora poca acqua tiepida alla volta fino a ottenere un impasto liscio, lavoratelo con le mani per 10 minuti circa, quindi formate una palla e mettetela in una ciotola. Incidetela a croce sulla sommità e lasciatela lievitare in un luogo tiepido per almeno un'ora o fino a quando non sarà raddoppiata di volume.

2 Intanto lavate a lungo le alici sotto acqua corrente, apritele, privatele della lisca e riducele in filetti. Trasferiteli per qualche minuto in una ciotola con l'aceto e 1/2 bicchiere di acqua. Sbucciate le cipolle, affettatele

sottili e soffriggetele in una padella grande con qualche cucchiaino di olio, poi sfumate con il vino e, prima che sia del tutto evaporato, bagnate con due mestoli di acqua calda. Abbassate la fiamma e cuocete coperto per 10 minuti. Quando avranno formato un sughetto denso, aggiungete le alici sgocciolate e spezzettate e fatele sciogliere. Spegnete. Tostate qualche cucchiaino di pangrattato in una padella antiaderente senza condimento e tenetelo da parte.

3 Riprendete la pasta preparata, sgonfiatela con le mani e stendetela sulla spianatoia infarinata con il matterello a uno spessore di 3-4 mm. Tagliatela a strisce larghe 10 cm, e poi le strisce a fettucce larghe 4 mm. Rotolate le fettucce sulla spianatoia o tra le mani fino a ottenere degli spaghetti corti. Lessateli in abbondante acqua bollente salata e scolateli al dente. Trasferiteli nella padella con il condimento che nel frattempo avrete messo sul fuoco, fateli insaporire e completate con il pangrattato tostato, il prezzemolo tritato e poca scorza di limone grattugiata.

Le pinciarelle o pinciarelle sono una preparazione delle zone collinari e montane del Maceratese (ma in altre zone delle Marche diventano budelletti, pezzole, strenghe, cencioni) sono fatte con una pasta matta un po' originale perché contiene lievito di birra. Erano servite con il sugo finto (pomodori, lardo e pancetta) oppure, nei giorni di magro, come vi suggeriamo nella ricetta. Anticamente erano realizzate per le feste nei monasteri femminili su commissione di qualche famiglia facoltosa e, in questo caso, condite con carne e pecorino.



WHAT IS AVAXHOME?

AVAXHOME-

the biggest Internet portal,
providing you various content:
brand new books, trending movies,
fresh magazines, hot games,
recent software, latest music releases.

Unlimited satisfaction one low price

Cheap constant access to piping hot media

Protect your downloadings from Big brother

Safer, than torrent-trackers

18 years of seamless operation and our users' satisfaction

All languages

Brand new content

One site

AVX LIVE . ICU

AvaxHome - Your End Place

We have everything for all of your needs. Just open <https://avxlive.icu>

EMILIA ROMAGNA

NELLE TERRE DUCALI DI PARMA E PIACENZA

SALUMI E FORMAGGI ENTRATI NEL MITO, MA ANCHE PICCOLE CHICCHE DA SCOPRIRE TRA VINI, MIELI E CEREALI: I GIOVANI PRODUTTORI STANNO RIPOPOLANDO QUESTE VALLI APPENNINICHE, A POCHI MINUTI DAI CAPOLUOGHI, EPPURE MAGICAMENTE ISOLATE IN UN'ATMOSFERA D'INCANTO

L'elegante castello quattrocentesco di Torrechiara, a un pugno di chilometri da Langhirano. Austero all'esterno, all'interno è splendidamente affrescato con decori a grottesche.



C

i sono luoghi che sembrano in grado di ispirare i cambiamenti radicali degli individui, grazie all'intuizione di uno scorcio caratteristico o alla percezione di un'aria diversa. Il cambio dello

stile di vita, il controesodo dalle città alle campagne, è da anni una realtà. Tuttavia negli ultimi anni le potenzialità di accoglienza degli Appennini tra Parma e Piacenza si sono ampliate perché qui si vive in un contesto di isolamento, ma in presenza di servizi essenziali e vicinanza alle città del nord.

A venti minuti di automobile da Parma verso sud, l'Appennino si tocca già con un dito. Questo è il regno del parmigiano reggiano Dop. Chi è in cerca di una fattoria modello per assaggiare il formaggio icona tricolore deve battere le campagne di Basilicanova. La famiglia Bonati è di quelle rimaste spontaneamente contadine. Il profumo intenso e avvolgente, ma garbato e soave del formaggio dei Bonati fa rodere i golosi morso dopo morso: Giorgio e Gianluca, padre e figlio, curano l'alimentazione delle loro bovine in maniera maniacale. Solo i prodotti dei loro campi entrano nel menu delle cento Frisone da latte: orzo, fave, soia, granoturco e fili d'erba scelti quasi uno ad uno da campi destinati

da oltre un secolo a produrre solo foraggio, quindi con essenze ormai rare. Impossibile andarsene senza una scorta di parmigiano reggiano Dop nel bagagliaio, prima di dirigersi verso il Castello di Torrechiara, elegante e austero nel suo colore ocre, dove la terra s'increspa, vestita di vigneti e cereali.

Nella vicina Badia di Santa Maria della Neve si trova uno spazio anche per accontentare la vanità del corpo: si fanno acquisti di unguenti e prodotti di bellezza che le sorelle benedettine preparano con miele e altri derivati dagli alveari. Ma si sa: questa è terra di prosciutti. E che prosciutti... scappa da dire varcando la soglia del laboratorio di Devodier Prosciutti. Penzolano dalle scalere in legno i cosci più grandi del circuito Parma Dop, cullati dalla brezza che scende dal fiume Parma. L'incrocio tra il vento marino che supera il crinale appenninico e l'umidità padana crea tra le anse un microclima ideale, preservato nelle cantine in muratura con pavimento in mattoni. Dopo 20 mesi trascorsi nella cantina Mornello i prosciutti passano nella cantina 24 Lune, per regalarsi altri 4 mesi di affinamento. Ma per chi esigesse aromi più evoluti e complessi pescherà dalla cantina Secretum prelibatezze di almeno 30 mesi di stagionatura.

Bastano pochi minuti per raggiungere colline che sono terra di silenzi e di pievi isolate. Come Santa Maria Assunta a Sasso, frazione di Neviano degli Arduini, dal fascino romanico. L'arrivo al Parco del Monte Fuso invita a scoprire le tracce di una natura con i suoi abitanti: ghiri, volpi e tassi. Un paradiso per chi viaggia con bambini. *segue >*

In alto a sinistra, le mucche da latte dell'azienda agricola Bonati si nutrono con foraggio prodotto dai campi di proprietà: il mix di erbe ed essenze conferisce al latte prima e al parmigiano reggiano Dop poi sfumature di sapore uniche. Al centro, la stagionatura dei prosciutti di Parma Dop Devodier, che può arrivare a 30 mesi per i prodotti di maggior pregio. A destra, la salagione delle cosce di suino: per le parti magre si usa sale asciutto, per la cotenna sale umido.



Lungo la ippovia "Andando per castelli" si trova Gazzola, che rientra anche nel percorso della Strada dei vini e dei sapori dei colli piacentini: una meta perfetta per combinare sport e turismo enogastronomico.

Un apposito recinto è dedicato alla biodiversità parmense che ha protagonista la pecora Cornigliese. La alleva Elisa Marchesin, che ha dato vita a Pezzarossa. Dai freddi numeri della contabilità è passata alle emozionanti passeggiate sui colli con il suo gregge, dall'ottima carne e dalla preziosa lana, tinta con piante e radici raccolte nei boschi. Un tortuoso percorso di 40 chilometri tra castagni e cerri porta a Casarola, frazione di Monchio delle Corti. Un giovane Bernardo Bertolucci aveva scoperto questi luoghi e li ha raccontati ne *La teleferica*, il suo primo cortometraggio. Correva il 1956.

Casarola è anche la contrada dove trascorrevano l'estate Elena Siffredi. Fresca di laurea ha ceduto al fascino del silenzio e della natura, tanto che oggi si guadagna da vivere raccogliendo erbe e frutta spontanee per farne confetture, salse e sciroppi. Non distante dal laboratorio La Giustrela, ci si può prendere del tempo per visitare il Parco dei Cento laghi in *mountain bike*. Da qui si possono raggiungere i declivi di Pellegrino Parmense che si riconoscono per la fragranza del pane. Fu vera innovazione da parte dei fratelli Elio e Giovanni Lusignani negli anni Novanta usare grani cosiddetti antichi per la panificazione. Oggi è tradizione e continua nel forno a legna del panificio. Oppure si prosegue per Bardi, appollaiato su uno sperone roccioso da mille anni. Strade e luoghi frequentati nel Medioevo, come il vicino passo Linguadà, pressoché deserto ai giorni nostri. Lo conquistano felici i ciclisti più preparati. Lungo la discesa storie

di giovani agricoltori ripopolano i villaggi. Come quella di Francesco Chinosi che a 21 anni, nel 2009, ha ripreso la coltivazione di patate nei campi incolti ricevuti in eredità. Servono soprattutto per preparare il piatto locale, la torta di patate, che si assaggia alla trattoria Cacciatori di Mareto. Il letto del fiume Nure si fiancheggia in automobile sino alla piazza di Bettola, dove Germana Buzzetti nel ristorante Agnello racconta la specialità del luogo, la burtleina, una cialda di acqua, sale e farina da consumare con i salumi piacentini Dop.

Chi viaggia con figli al seguito prende la strada del borgo di Grazzano Visconti, un villaggio di foggia medievale costruito nell'Ottocento. Un maniero autentico, di Momeliano, ospita invece una cantina singolare a Gazzola. Carla Asti è un'in-solitista castellana che spalanca i sotterranei della fortezza per mostrare dove riposa una principessa del tutto speciale, lo spumante metodo classico della cantina Luretta. Qui si celebrano anche vini da invecchiamento, figli di quel Mommeliano reso celebre dall'opera di Giuseppe Giacosa *Una partita a scacchi*. Come allora, a perdita d'occhio i vigneti degradano verso la pianura e sale il gracchiare delle rane dal vicino laghetto sul fare della sera.

Anche la vicina Val Tidone vanta una viticoltura antica. Per capirlo basta fermarsi alla cantina Santa Giustina a Pianello Val Tidone dove la famiglia Bucciarelli dagli anni Ottanta sfodera bottiglie di vitigni autoctoni come Malvasia, Ortrugo e Gutturmo, oltre a robusti Cabernet o Shiraz. Da qui la valle si rivela modellata da prati, campi coltivati, boschetti e vigneti, punteggiata di cascine isolate e piccoli villaggi. Più ci si addentra nella valle più la terra è un richiamo per i giovani che hanno fatto fagotto dalla città e investito in attività da tempo abbandonate. Lo ha fatto Alessia Consolini che organizza percorsi di turismo equestre accompagnando i viaggiatori dal suo maneggio A.C. Ranch; accade a Marzonago dove alle voci dei pochi abitanti si è aggiunta quella di Alessandro Braga e il ronzio delle sue api; ha come protagonista Stefano Giusivi che coltiva cereali e produce di biscotti, bandendo qualsiasi prodotto di sintesi. Appena in tempo per conoscerli e percorrere qualche tornante per assicurarsi una stanza nella Rocca d'Olgisio, in cui sentirsi trascinati a un'eterna sosta tra queste valli. Almeno sino al prossimo viaggio.

TORTA DI RISO ALLA BOBBIESE

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 50 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 1 ORA
390 CALORIE/PORZIONE

150 g di farina – burro – sale
Per il ripieno 200 g di riso – 4
uova – 1 rametto di prezzemolo – 1
cipolla – 20 g di funghi secchi – olio
extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Fate ammorbidire i funghi in una ciotolina di acqua tiepida. Lavorate a lungo la farina con un pizzico di sale, 60 g di burro morbido e un goccio di acqua tiepida. Quando l'impasto sarà omogeneo, avvolgetelo con la pellicola per alimenti e fatelo riposare per 30 minuti.

2 Intanto lessate il riso in acqua bollente poco salata; sbucciate la cipolla, lavate il prezzemolo e tritateli insieme. Soffriggete i funghi sgocciolati con un filo d'olio e il trito preparato, poi unite poca acqua tiepida

e portateli a cottura. Scolate il riso al dente e unitelo ai funghi in una ciotola con 3 uova sbattute; amalgamate il tutto.

3 Dividete la pasta preparata in due parti, una leggermente più grande dell'altra, e stendetela in due dischi sottili. Imburrate una teglia rotonda, foderatela con il disco di pasta più grande, versatevi il composto e coprite con il secondo disco. Sigillate i bordi e spennellate la superficie con l'uovo rimasto. Infornate la torta a 160° per 40 minuti.



FLAVIO VALLENARI / ISTOCKPHOTO



CESARERE/CUBOIMAGES

Dall'alto, la valle del fiume Ceno punteggiata di borghi come Bardi e Pellegrino Parmense; la Rocca d'Olgisio a Pianello Valtidone, uno dei più suggestivi castelli piacentini. A lato, Gaia Bucciarelli, proprietaria di Santa Giustina, degusta in cantina un rosso con l'enologo Carlo Saviotti.



TRIPPA ALLA PARMIGIANA

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA + RIPOSO
COTTURA 7 ORE
480 CALORIE/PORZIONE

**1,5 kg di trippa di vitello – 2 carote
– 2 cipolle – 2 coste di sedano
– 2 spicchi d'aglio – 1 mazzetto
di prezzemolo – 2 cucchiaini
di conserva di pomodoro
– 100 g di lardo – brodo di carne
– parmigiano reggiano Dop
grattugiato – sale – pepe**

1 Tagliate la trippa a pezzi, sgrassateli, metteteli in un colapasta, lavateli e lasciateli sotto l'acqua corrente per 2 ore. Intanto sbucciate una cipolla e uno spicchio d'aglio, raschiate una carota, lavate una costa di sedano; tuffate tutte le verdure in una pentola di acqua e portate a bollore, poi cuocetevi la trippa per 2 ore, schiumando ogni tanto. Lasciatela raffreddare nella sua acqua, poi sgocciolatela,

appoggiatela sul tagliere e, con un coltello ben affilato, tagliatela a striscioline. **2** Lavate e asciugate il prezzemolo. Sbucciate la cipolla e lo spicchio d'aglio rimasti, raschiate la carota rimanente e lavate la seconda costa di sedano. Tritate tutte le verdure e fatele soffriggere in un tegame con il lardo tritato, poi unite le striscioline di trippa, la conserva di pomodoro diluita in 800 ml di brodo, salate e pepate. **3** Coprite e cuocete per 3 ore, mescolando ogni tanto e aggiungendo brodo, se necessario. Spegnete il fuoco, fate riposare per 2 ore e poi cuocete per altre 2 ore a fiamma minima. Servite la trippa cosparsa con il parmigiano reggiano.



CASSERUOLA TOGNANA,
PIATTO INTERRA CERAMICHE

GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

PRODUTTORI

AZIENDA AGRICOLA BONATI GIORGIO
VIA BOSCO, 3
PIAZZA DI BASILICANOVA
MONTECHIARUGOLO (PR)
TEL. 0521681707
DESTINATIONGUSTO.IT

DEVODIER PROSCIUTTI
LOCALITÀ MULAZZANO
PONTE
LESIGNANO DE' BAGNI (PR)
TEL. 0521861070
DESTINATIONGUSTO.IT

AZIENDA AGRICOLA PEZZAROSSA
STRADA CASE BARBIERI, 4
NEVIANO
DEGLI ARDUINI (PR)
TEL. 3471064191

LA GIUSTRELA
VIA DEL MULINO, 5
MONCHIO DELLE CORTI (PR)
TEL. 3284260435

LURETTA
CASTELLO DI MOMELIANO
GAZZOLA (PC)
TEL. 0523971070
DESTINATIONGUSTO.IT

AZIENDA AGRICOLA FRANCESCO CHINOSI
LOCALITÀ PREDALBORA
DI GROPPALLO
FARINI (PC)
TEL. 3401426860

BOSCHI DEL DUCATO
LOCALITÀ MARZONAGO
DI PECORARA, 5
ALTA VAL TIDONE (PC)
TEL. 3473278699

TERRANTICA DI STEFANO GIUSIVI
LOCALITÀ CASE
FRACCHIONI, 20
ALTA VAL TIDONE (PC)
TEL. 3384217773

SALUMI GROSSETTI
VIA DEL SANTUARIO, 48
ALTA VAL TIDONE (PC)
TEL. 0523998856

AZIENDA AGRICOLA SANTA GIUSTINA
LOCALITÀ SANTA GIUSTINA
PIANELLO VAL TIDONE (PC)
TEL. 0523994612
DESTINATIONGUSTO.IT

ALTRE ATTIVITÀ
BADIA DI SANTA MARIA DELLA NEVE
STRADA BADIA
TORRECHIARA (PR)
TEL. 3297077378

PANIFICIO LUSIGNANI
VIA ROMA, 7
PELLEGRINO PARMENSE (PR)
TEL. 052464126

A.C. RANCH
LOCALITÀ CÀ DELL'ORA
ALTA VAL TIDONE (PC)
TEL. 3391342259

RISTORANTI
TRATTORIA CAPELLI
VIA FOSSOLA, 10
LESIGNANO DE' BAGNI (PR)
TEL. 0521350122

TRATTORIA CACCIATORI
LOCALITÀ MARETO, 47
FARINI (PC)
TEL. 0523915131

RISTORANTE AGNELLO
PIAZZA CRISTOFORO
COLOMBO, 70
BETTOLA (PC)
TEL. 0523917760

I vigneti della Cantina Luretta si affacciano sul Castello di Momeliano, suggestiva sede dell'azienda, a Gazzola.



Negozi, ristoranti e caffè si aprono sulla piazza dell'Anfiteatro a Lucca, tra le mete imperdibili della Toscana. Ha un'inconfondibile forma ellittica perché edificata sui resti del vecchio anfiteatro romano.

NEL REGNO DEL cioccolato

CELEBRATA NEL MONDO PER LA MAGIA DELLE SUE COLLINE TRAPUNTE DI OLIVI, VITI, CIPRESSI, LA TOSCANA SCOPRE LA SUA VOCAZIONE PIÙ GOLOSA: TRA PRATO, PISTOIA E PISA ARTIGIANI TALENTUOSI CREANO DOLCEZZE STREPITOSE E LAVORANO IL CIBO DEGLI DEI CON SAPIENZA INFINITA

C

hi viaggia alla ricerca di prodotti enogastronomici tipici e di pregio è in genere persona avvertita e sensibile. Del resto il desiderio di assaporare un vino, un olio o un formaggio speciale, ovvero un piatto

ben fatto e ben servito è, in genere, associato ad altri valori. Un atto di consapevolezza che reclama contrade e paesaggi che seducano il viaggiatore. Tra i panorami regionali quello toscano è per antonomasia attraente per le colline ordinate, le ville che coronano i declivi, le pievi desiderose di decorare le contrade già abbellite da uliveti e vigne. Ma la Toscana è anche il regno dei dolci e del cioccolato d'autore, che arricchiscono un considerevole paniere di prodotti agricoli. Cronaca di tempi andati: il primo carico di cacao sbarca in Europa nel 1528 al seguito dei conquistatori spagnoli e in meno di un secolo invade il palato delle corti. All'ombra di Palazzo Vecchio a Firenze il cioccolato sarebbe diventato celebre tra le élite granducali grazie al diario di viaggio nelle Americhe di Francesco Carletti, mercante che diede alle stampe nel 1606 *Ragionamenti di Francesco Carletti sopra le cose da lui vedute ne' suoi viaggi*. Da allora la Toscana è terra di maestri pasticceri e

Sotto, il canale Burlamacca a Viareggio, che dal Lago di Massaciuccoli porta al Tirreno.



Sopra e a lato, serre e piantine di peperoncino coltivate dalla famiglia Carmazzi a Torre del Lago Puccini: le varietà sono oltre 1.500 e il metodo di produzione è biologico.



cioccolatieri, tanto che l'area tra Prato, Pistoia e Pisa è stata battezzata Valle del Cioccolato.

La Versilia è sempre un ottimo punto di partenza e Viareggio, con le belle architetture neoclassiche e liberty, i negozi, i bagni, i caffè sa confermare in ogni momento dell'anno la sua grazia. Si può scegliere di rendere il viaggio piccante a Torre del Lago Puccini. È nella patria del grande compositore che la famiglia Carmazzi ha deciso di specializzarsi coltivando peperoncino. Sono oltre 1500 le varietà cresciute in regime biologico, che accontentano tutti i gradi di piccantezza e vengono trasformate anche in sottoli, creme e persino birra e biscotti.

I monumenti più interessanti della vicina Massaciuccoli sono la villa e le terme romane. Proprio da qui lo sguardo sul lago si fa largo tra gli ulivi e raggiunge Lucca. Del capoluogo si passeggiano i viali alberati lungo la cinta muraria, poi ci s'infila nel centro storico verso Piazza Anfiteatro, scenografia ideale per numerosi spot pubblicitari grazie alla sua forma ellittica. Di fronte a un altro capolavoro medievale, la chiesa di San Michele, in calcare bianco, è inevitabile lasciarsi catturare dall'aroma della Pasticceria Taddeucci, creatrice di dolcezze da cinque generazioni. Il modo migliore per rinfrancarsi è con cantuccini o panforte, assicurandosi prima di uscire un buccellato, un dolce a forma di ciambella fatto di farina, zucchero, anice, uvetta e lievito madre. Se non si va di fretta, vale la pena fare una deviazione di pochi chilometri verso Pieve Santo Stefano, tra chiese solitarie e ulivi destinati alla produzione di olio extravergine di oliva Dop Lucca, dal gusto amarognolo e piccante. *segue >*



TORDELLI LUCCHESI

MEDIA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 1 ORA + RIPOSO
COTTURA 15 MINUTI
560 CALORIE/PORZIONE

250 g di farina 00 – 1 uovo – olio extravergine d'oliva – latte
Per il ripieno 150 g di carne di manzo macinata – 50 g di carne di maiale – 50 g di mortadella – 150 g di bietole lessate e strizzate – 1 manciata di borragine lessate e strizzate – 1 uovo – parmigiano reggiano Dop grattugiato – pecorino grattugiato – 1/2 panino – latte – 1 rametto di pepolino (timo serpillio) – noce moscata – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Per il ripieno fate ammorbidire la mollica del panino nel latte. Rosolate le carni con poco olio, poi fatele raffreddare e riunitele in una ciotola con la mortadella tritata, le bietole e la borragine, la mollica strizzata, l'uovo, il pepolino tritato, una grattatina di noce moscata, una manciata dei formaggi, sale e pepe. Amalgamate con cura.

2 Versate la farina sulla spianatoia, create una fossetta al centro e sgusciateci l'uovo. Unite 1/2 cucchiaino di olio e poco latte, poi sbattete l'uovo con una forchetta, incorporando gradualmente la farina circostante. Impastate con le mani per 15 minuti, formate una palla, avvolgetela nella pellicola per alimenti e lasciatela riposare per almeno 30 minuti. Staccate dalla pasta piccoli panetti, stendeteli con le mani e assottigliate le sfoglie fra i rulli della macchina, partendo dalla tacca più larga fino ad arrivare alla penultima.

3 Distribuite piccoli mucchietti di ripieno sulle sfoglie a distanza regolare, piegate la pasta sul ripieno e con l'aiuto di un bicchiere ritagliate i tordelli. Premete i bordi con i rebbi della forchetta e sistemateli su vassoi infarinati. Lessateli, pochi per volta, in acqua bollente salata e scolateli con un mestolo forato appena vengono a galla. Sistemateli in una zuppiera e conditeli a strati con sugo di carne e parmigiano grattugiato.



STEVANZZ / ISTOCK PHOTO



Dall'alto: la pasticceria Taddeucci a Lucca, famosa per il buccellato; il lago di Massaciuccoli a Torre del Lago Puccini. A lato, Elisabetta Cafissi di La Molina con la figlia Caterina e la nipote Teresa. Sotto, la preparazione delle praline La Molina.





STEFANO AMANTINI / SIMEPHOTO



A sinistra, la chiesa di San Michele in Foro nel centro storico di Lucca. Sopra, la famiglia Desideri dell'omonima pasticceria di Montecatini e, a destra, i brigidini schiccherellati di Desideri, ricoperti con fili di cioccolato.



POLPETTE DI SEDANI ALLA PRATESE

FACILE
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 1 ORA E 40 MINUTI
270 CALORIE/PORZIONE

600 g di sedano – 2 uova
– **4 cucchiaini di pecorino grattugiato**
– **100 g di farina – olio extravergine d'oliva – 1 dl di brodo vegetale**
– **300 g di ragù di carne – 50 g di pane grattugiato – sale**

1 Spuntate il sedano, eliminate fili e foglie, poi lavatelo e tagliatelo a pezzetti. Lessateli in acqua bollente salata per un'ora circa, scolateli e tritateli con il coltello. Strizzateli con le mani per eliminare più acqua possibile.

2 Trasferiteli in una ciotola, aggiungete le uova sbattute, il pecorino, il pane grattugiato, un pizzico di sale, poi mescolate e formate tante polpette. Passate le polpette nella farina e friggetele in olio bollente.

3 Stendete un po' di ragù in una teglia, adagiatevi le polpette preparate, coprite con il ragù rimasto e il brodo. Infornate a 180° e cuocete per 30 minuti o finché ragù e brodo saranno addensati.



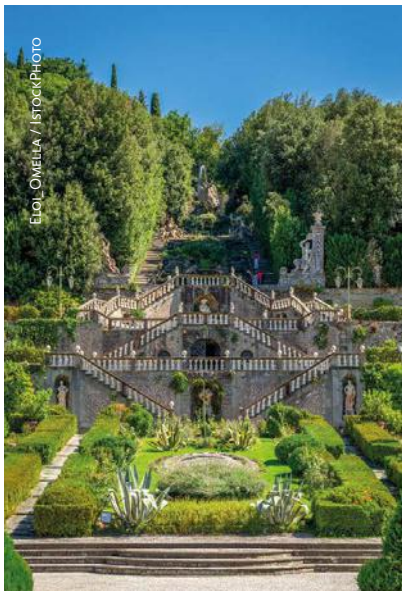
TEGLIA OTTINETTI



A sinistra, Nozzano Castello, piccola frazione di Lucca a un pugno di chilometri dalla città, lungo la strada per Viareggio. Si tratta di un borgo fortificato riconoscibile per le due torri che da alcuni viene attribuito a Matilde di Canossa.

Una breve sosta a Pescia, storica capitale della Valdinievole, si fa nella chiesa di San Francesco per la tavola del Duecento dipinta da Bonaventura Berlinghieri dedicata al Santo. I villaggi intorno a Pescia sono avvolti in un interminabile susseguirsi di rigogliose colline. Nei dintorni, ai più curiosi può interessare una visita guidata all'archivio della Cartiera Magnani a Pietrabuona, per i macchinari del Quattrocento ancora funzionanti mentre i più ghiotti deviano per Sorana, patria di fagioli a Igp, minuscoli e dalla buccia sottile. Chi viaggia con bambini trascorre qualche ora al parco Pinocchio di Collodi, guidato da Fatine e Mangiafuoco.

In arrivo a Montecatini Terme il fascino dello stile liberty impregna gli alberghi di lusso, i negozi esclusivi e i caffè degni di una metropoli. Vale la pena entrare a Casa Desideri, che porta in alto la bandiera dolciaria toscana con le cialde di Montecatini, due sottili dischi di farina, latte e uova sovrapposti con al centro granella di zucchero, mandorle e vaniglia. Ma qui si è anche scritta un'altra pagina di storia della gastronomia locale attraverso il brigidino di Lamporecchio, una cialda dal gradevole aroma di anice. Il fondatore Stefano Desideri, originario del vicino borgo, all'inizio della carriera era un ambulante come vuole la tradizione dei produttori di questo dolcetto.



Sopra, la cattedrale di santo Stefano a Prato con la tipica facciata bicroma in marmo bianco e verde. A sinistra, il famoso giardino barocco di Villa Garzoni, a Collodi: il verde di siepi, boschi e aiuole si alterna a statue, vasche, scalinate e fontane che offrono suggestivi giochi d'acqua.

C'è solo il tracciato dell'autostrada A11 a separare Montecatini da Monsummano Terme, dove secondo tradizione si "passano le acque" e ci si dedica al riposo nelle grotte termali, adatte per una sauna naturale e benefica. Ma Montecatini Terme è una delle capitali della torrefazione di caffè e della lavorazione del cacao. Per conoscerne i segreti bisogna bussare al laboratorio Slitti: qui la ricerca di una materia prima di alto livello unita all'abilità e alla passione sono state il motore per l'affermazione del nome tra il grande pubblico. Tra i primi in Italia Slitti ha introdotto il concetto di cioccolato monorigine nelle tavolette di cioccolato fondente, che riportano una quantità minima del 60%. Tra i numerosi riconoscimenti ricevuti, l'ultimo in ordine di tempo è la Tavoletta d'oro, il premio che celebra i migliori cioccolati d'Italia, ottenuto a inizio del 2021.

Chi volesse approfondire ancora il tema prosegue per Quarrata, che ospita un'altra prestigiosa insegna del cioccolato artigianale, La Molina. Il loro motto, Bontà e Bellezza, trova riscontro nelle riconoscibilissime confezioni. Fringes, praline, dragées con nocciole Piemonte Igp e tavolette al *flor de sal* dell'Algarve sono oggetti di culto tra gli appassionati di cioccolato, piccoli peccati di gola che solleticano i sensi. *segue >*





GUIDO COZZI / SIMEPHOTO

A sinistra e sotto, alcune dolci specialità di Slitti, a Monsummano Terme, tra le prime aziende a promuovere il cioccolato monorigine in Italia.

Sopra, uno dei più famosi stabilimenti di Montecatini Terme, il Tettuccio, realizzato nel Settecento e circondato da un parco di alberi imponenti.

Il prodotto più insolito? L'uovo (di cioccolato) sottovetro ripieno di crema in quattro versioni. Poco fuori dalla cittadina, in vista di Prato, bisogna trovare il tempo per una visita a Villa La Magia, la villa medicea dove trionfano giardini e giochi d'acqua.

In passato il settore tessile ha reso famosa Prato nel mondo. Così il Museo del Tessuto, nell'ex Cimatoria Campolmi, è un buon punto di partenza per conoscere la città, facendo poi tappa al Duomo e al Castello dell'Imperatore, d'epoca sveva. Per un quadro più completo non si può però dimenticare che Prato è conosciuta come Città più dolce d'Italia. Lo deve anche a Paolo Sacchetti che ha saputo recuperare un'antica ricetta locale, quella delle pesche all'alchermes, e dei cantucci. Non si può dire che il viaggio sia finito senza infilarsi nella valle del Bisenzio. Dopo una breve sosta alla Badia di San Salvatore a Vaiano la tappa finale è Vernio, patria degli zucherini. In origine preparati per i matrimoni, questi dolcetti immersi in zucchero fuso dopo la cottura riportano la forma di fede nuziale e profumano l'aria del borgo di anice. Per la felicità di chi è alla ricerca del Buono e del Bello una breve escursione porta alla all'abbazia di Santa Maria a Montepiano. Imperdibile il portale.



GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

PRODUTTORI

AZIENDA AGRICOLA MARCO CARMAZZI
LOCALITÀ TORRE DEL LAGO
PUCCINI
VIAREGGIO (LU)
TEL. 0584340941
DESTINATIONGUSTO.IT

SOCIETÀ AGRICOLA VILLA SANTO STEFANO
LOCALITÀ PIEVE SANTO
STEFANO
LUCCA
TEL. 0583395349

ATTIVA DI ANDREA TRINCI
VIA OLANDA, 18
BUTI (PI)
TEL. 0587722026

LA MOLINA
VIA BOLOGNA, 21
QUARRATA (PT)
TEL. 0573774379
DESTINATIONGUSTO.IT

DESIDERI & FIGLI
VIA GIOVANNI GENTILE
MONTECATINI TERME (PT)
TEL. 0572411023
DESTINATIONGUSTO.IT

SLITTI CIOCCOLATO
VIA FRANCESCA VERGINE
DEI PINI, 1268
MONSUMMANO TERME (PT)
TEL. 0572640142
DESTINATIONGUSTO.IT

PIERCARLO SANSONI
VIA BORGIO, 9
SORANA (PT)
TEL. 0572407080

SALUMIFICIO CONTI
VIA SAN GIUSTO, 9
PRATO
TEL. 0574630192

NEGOZI PASTICCERIA TADDEUCCI
PIAZZA SAN MICHELE, 34
LUCCA
TEL. 0583494933
DESTINATIONGUSTO.IT

CIOCCOLATO & CO.
VIA BRUCETO, 4
MASSA E COZZILE (PT)
TEL. 0572911120

PANIFICIO FRATELLI GUALTIERI
VIA DELL'APPENNINO, 66
VERNIO (PO)
TEL. 0574959696

PASTICCERIA CAFFÈ NUOVO MONDO
VIA GIUSEPPE GARIBALDI,
23 PRATO
TEL. 057427765

I vigneti di Madrevite a Castiglione del Lago, coltivati a Gamay del Trasimeno. Oltre ai vini, l'azienda agricola di Nicola Chiucchiurlo produce anche l'olio e la fagiolina del Trasimeno.

Verde infinito *tra viti e ulivi*

ATTORNO AL LAGO TRASIMENO E SULLE COLLINE A SUD DI PERUGIA, INCANTEVOLI BORGHI DI PIETRA SI ACCOCCOLANO TRA FITTI BOSCHI E COLTIVI ORDINATI. DOVE NASCONO ROSSI DI GRANDE CARATTERE E OLI DALL'ELEGANTE SFUMATURA AMARA



MAURO FLAMINI/REDA&CO / CUBO IMAGES

N

on ha sbocchi sul mare l'Umbria e il pelago in cui è immersa ha mille sfumature di verde: dei boschi, delle vigne, degli uliveti. Come in una danza di ondulazioni, montagne ne entrano ed escono, alternate da larghe valli e conche. La città capoluogo, Perugia, ha

ben visibile il suo tessuto urbanistico medievale e rinascimentale: campanili, antiche mura e monumenti s'inseguono civettuoli e a ogni angolo la storia prende la forma di piazze, fontane, palazzi. Per chi procede da nord e lascia la A1 volendo raggiungerla dal Raccordo autostradale Bettolle-Perugia, la prima uscita in territorio umbro è quella di Castiglione del Lago. Da qui la cornice del Trasimeno si percorre quasi interamente su piste ciclabili tra colline curate. Ma non si inforca la bicicletta prima di una visita alle stanze affrescate di Palazzo della Corgna e uno sguardo panoramico sul lago dalla Rocca del Leone, la fortezza voluta da Federico II.

Nella campagna di Castiglione del Lago si può essere condotti alla conoscenza delle prelibatezze locali nell'azienda agricola di Nicola Chiucchiurlo, Madrevite. La ristrutturazione dell'azienda è recente, ma la storia di tre generazioni di vignaioli si apprezza nel Trasimeno Doc Grechetto 'elvè, balsamico al naso e poderoso in bocca, e nell'Umbria Igt Montepulciano Capofoco, con profumi che ricordano la susina e la liquerizia. Dallo scaffale di Madrevite si fanno provviste anche di olio extravergine d'oliva, dall'amaro leggero e piccante, e di fagiolina del Trasimeno, legume che cuoce senza ammollo e viene coltivato da epoche remote su queste sponde.

Pedalandolo verso nord c'è il borgo medievale di Passignano sul Trasimeno, punto di partenza ideale per l'isola Maggiore, una delle tre che emergono dalle acque. Un acquisto originale può essere il pizzo a punto Irlanda da una delle ormai rare merlettaie dell'isola. Di nuovo sulla terraferma, tra casali e canneti, chi vuole un'altra prospettiva del Trasimeno fa tappa a Motecològnola, cinta da antiche mura. Se si ha tempo, e buone gambe, per cogliere panorami verdi-azzurri, le tappe successive sono il Castello di Montesperello e Monte Melino. In alternativa si prosegue lungo le rive del lago sino alle località San Feliciano e San Savino, le capitali della pesca. La prima ospita infatti il Museo della pesca mentre nello spaccio della Cooperativa pescatori, oltre al pesce fresco, si fa provvista di paté di tinca affumicata e filetti di persico trota marinati al peperoncino.

Piegando verso sud si entra nei vicoli di Città della Pieve nel tardo pomeriggio, quando prende fuoco il color terracotta delle chiese e della rocca. Nel Cinquecento era uno dei poli tessili per la produzione di panni anche grazie alla coltivazione di zafferano usato per le tinture. In quegli anni nasceva Pietro Vannucci, detto Il Perugino, che dalla spezia otteneva il pigmento giallo-dorato dei suoi dipinti. Sulle colline intorno alle mura si incontrano ancora i coltivatori dei preziosi stigmi. Per chi ama il trekking, una facile escursione porta alle sorgenti del fiume Nestore, al confine con Monteleone d'Orvieto, attraverso alcuni dei boschi di cerro più estesi e meglio conservati dell'Umbria. Un paradiso per gli amanti delle farfalle. *segue >*

In alto, Castiglione del Lago, adagiata sulle sponde del Trasimeno e la sua Rocca del Leone, fortezza medievale fatta erigere da Federico II di Svevia. Dai camminamenti di ronda si gode di uno splendido panorama del lago.



PERSICO AL DOLCEAGRO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 5 MINUTI
480 CALORIE/PORZIONE

**800 g di filetti di pesce persico –
3 uova – 2 carote – 2 coste di sedano
– 2 cipolle – finocchietto selvatico –
1 bicchiere di aceto bianco – farina
– pane grattugiato – zucchero
– olio di semi per friggere – sale**

1 Sbattete le uova in un piatto fondo. Infarinare i filetti di persico, scuoteteli per eliminare la farina in eccesso, poi passateli nelle uova e nel pane grattugiato, premendo con il palmo della mano per farlo aderire. Friggeteli in una padella antiaderente con l'olio 2 minuti per parte, girandoli preferibilmente con le apposite pinze per evitare di romperli. Sgocciolateli bene su carta assorbente da cucina, salateli e lasciateli raffreddare.

2 Intanto raschiate le carote, sbucciate le cipolle, spuntate

e lavate il sedano e il finocchietto, poi tritate il tutto finemente. Trasferite il trito in una ciotola e bagnatelo con l'aceto.

3 Sistemate in una pirofila uno strato di pesce persico, cospargetelo con un po' del trito preparato, un pizzico di zucchero, poi proseguite con altri due strati fino a esaurire gli ingredienti e bagnate con poco aceto. Mettete in frigorifero e servite dopo qualche ora o, meglio, il giorno dopo.

PAOLO EVANGELISTA / SIMEPHOTO



GETTY IMAGES/STOCKPHOTO

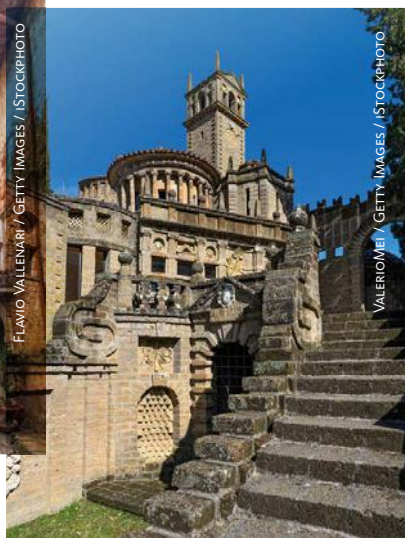
In alto, le tre generazioni della famiglia Pambuffetti, proprietaria della Cantina Scacciavioli di Montefalco. Sopra, il borgo medievale di Passignano sul Trasimeno.



Sopra, Filippo Antonelli nei suoi vigneti di Sagrantino, a Montefalco. A sinistra, San Feliciano sul Trasimeno, borgo di pescatori di fronte all'Isola Polvese.



FLAVIO VALLENARI / GETTY IMAGES / STOCKPHOTO



VALERIO NERI / GETTY IMAGES / STOCKPHOTO



In alto, da sinistra: uno scorcio di Città della Pieve, borgo medievale interamente costruito in cotto; la Città ideale a Montegiove, costruita dall'architetto Tomaso Buzzi nella seconda metà del Novecento ispirandosi all'armonia tra natura e cultura; Fabio Ciri tra gli ulivi della sua azienda agricola biodinamica Le Due Torri, a Spello.

Brevi salite che sono uno spasso per i ciclisti portano a Montegabbione. Basta seguire il tintinnio dei campanacci per innamorarsi dei pecorini stagionati di Andrea Barbanera. Ma anche dei suoi formaggi molli e yogurt, tutti a latte crudo. Una delle frazioni, Montegiove, arroccata alle pendici delle collina sotto il castello, vuole sosta per la Scarzuola, il convento dove avrebbe dimorato San Francesco, e la Città ideale di Tomaso Buzzi, una sconcertante e conturbante fantasmagoria di architettura e natura. Le vette dei monti dalla forma stondata e dal verde profondo che fanno da scenario verso San Venanzo sono considerati il polmone verde dell'Umbria. Alle pendici del Monte Peglia gli appassionati di botanica vanno alla ricerca del raro ipocisto, mentre chi predilige le bontà gastronomiche si ferma alla Norcineria David per la sella di San Venanzo, lombo disossato e rifilato, infine stagionato con il proprio lardo.

Servono circa 30 chilometri, alcuni affiancando il Tevere, per raggiungere Todi. Prima di salire all'interno delle mura del centro storico per mezzo della funicolare si può scegliere un'escursione alla scoperta del Parco fluviale tra Montemolino, dove il Tevere è definito "furioso" per l'impetuosità delle acque, e Pontecuti, borgo attraversato dal Tevere morto, indicato così per la scarsa velocità delle correnti. Nella città di Jacopone il susseguirsi di viottoli, squarci di panorami e ripidi saliscendi convergono a Piazza del Popolo, un concentrato di simboli medievali: il Duomo, il Palazzo del Capitano, il Palazzo dei Priori.

Per rendere più completo il viaggio bisogna trascorrere qualche ora a Montefalco, una delle capitali della viticoltura italiana. Serve poco più di mezz'ora di automobile per raggiungerla. La

sua elegante piazza, cinta da edifici pubblici, è il punto di partenza. Sintesi della ricchezza artistica di Montefalco è la chiesa di San Francesco, affrescata da Benozzo Gozzoli, con una sorta di storia a fumetti della vita del Poverello d'Assisi. Da queste parti la produzione vinicola è vecchia di almeno duemila anni: le foglie cremisi che qualificano il Sagrantino in autunno vengono riportate già da Plinio il Vecchio. Secondo tradizione vino passito, oggi la sua versione secca è passata ai vertici dell'enologia italiana. Non ha resistito al fascino del Sagrantino Filippo Antonelli, che ha deciso di seguire il podere che il bisnonno aveva acquisito a fine Ottocento e interrompere la familiare saga forense, dedicandosi a tempo pieno alla vigna. La versione in rosa del Sagrantino ha trovato cromatica realizzazione nel vino che Liù Pambuffetti della Cantina Scacciadiavoli ha creato: uno spumante metodo classico che dimostra la grande versatilità di queste uve a bacca rossa. La ricca spuma, sottile e uniforme, fa dimenticare la tannicità che ha reso il Sagrantino celebre nel mondo.

Attraverso un'Umbria insospettabilmente piatta poco avanti c'è Bevagna. Dalla suggestiva, irregolare piazza è bello perdersi nelle viuzze dove sono rinate le gaites, botteghe di antichi mestieri, dal cartaio alla tessitrice di seta. In una manciata di chilometri su strade poco frequentate fiancheggiate da ulivi secolari si può raggiungere Spello, borgo in cui le impronte del Medioevo si sovrappongono a quelle lasciate dall'impero romano. Si può trascorrere la notte in uno degli appartamenti dell'Azienda Agricola Le Due Torri. L'indomani la scoperta dell'olio extravergine di oliva, biologico, biodinamico e vestito dalla Dop Umbria Colli Assisi-Spoleto, profumato d'erba appena falciata con un fremito d'amaro e piccante, e della carne bovina, allevata all'aperto senza sottoprodotti industriali. Difficile andarsene, ma il cielo dell'Umbria riserva altre meraviglie: il profilo di Assisi è all'orizzonte.

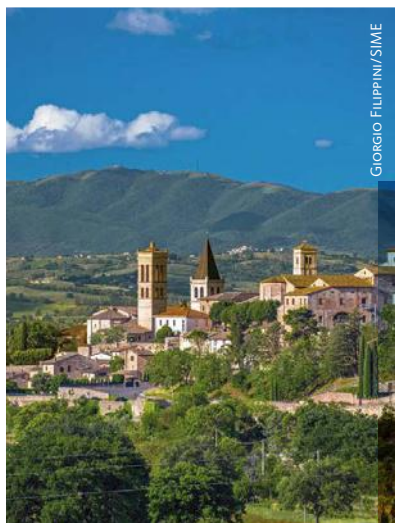
FRITTELLE DI PANCOTTO

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
690 CALORIE/PORZIONE

300 g di pane sciapo raffermo
– **120 g di zucchero** – **2 uova**
– **300 g di farina** – **olio extravergine**
d'oliva – **sale**

1 Tagliate il pane a pezzi e metteteli in una casseruola, coprite con acqua e fate cuocere per circa 20 minuti. Togliete dal fuoco, versate il pane in un colino e lasciatelo raffreddare. Strizzatelo bene e lavoratelo con 100 g di zucchero, le uova e un pizzico di sale, poi incorporate la farina e continuate a lavorare fino a ottenere un composto morbido.

2 Versate abbondante olio in una padella e, quando sarà ben caldo, tuffatevi il composto a cucchiainate. Fate dorare le frittelle su tutti i lati, poi sgocciolatele con un mestolo forato e trasferitele su carta assorbente. Servitele subito, spolverizzandole con lo zucchero rimasto.



GIORGIO FILIPPINI/SIME



GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO



GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

PRODUTTORI

**AZIENDA AGRICOLA
MADREVITE**
VIA CIMBANO, 36
CASTIGLIONE DEL LAGO
(PG)
TEL. 0759527220
DESTINATIONGUSTO.IT

**COOPERATIVA
PESCATORI
DEL TRASIMENO**
VIA LUNGOLAGO ALICATA, 19
MAGIONE (PG)
TEL. 0758476005

**FRANCA LINA GIRARDI
VIGANÒ**
VOCABOLO PO DEL VENTO
CITTÀ DELLA PIEVE (PG)
TEL. 0578298132

**AZIENDA AGRICOLA
BARBANERA**
VIA MONTARALE, 1
MONTEGABBIONE (TR)
TEL. 3398138926

NORCINERIA DAVID
VIA IV NOVEMBRE, 47
SAN VENANZO (TR)
TEL. 075875268

CARIANI PORCHETTA
LOCALITÀ TORRE, 87
MONTEFALCO (PG)
TEL. 0742379816

ANTONELLI SAN MARCO
LOCALITÀ SAN MARCO, 60
MONTEFALCO (PG)
TEL. 0742379158
DESTINATIONGUSTO.IT

**CANTINA
SCACCIADIAVOLI**
STRADA STATALE SR 316
MONTEFALCO (PG)
TEL. 0742371210
DESTINATIONGUSTO.IT

**AZIENDA AGRICOLA
LE DUE TORRI**
VIA DEL MOLINACCIO, 12
LIMITI DI SPELLO (PG)
TEL. 3357783400
DESTINATIONGUSTO.IT

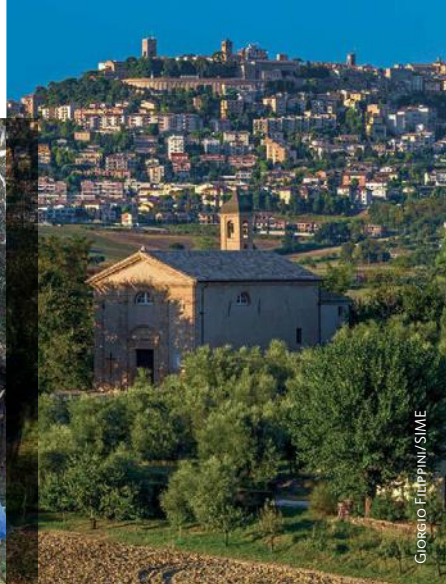
RISTORANTI
LOCANDA DEI PESCATORI
VIA MARTIRI DI CEFALONIA, 37
MAGIONE (PG)
TEL. 0755451067

**RISTORANTE
LA LUMACA D'ORO**
VIA MADONNA
ADDOLORATA, 72
BEVAGNA (PG)
TEL. 0742361204

OLEVM
CORSO GOFFREDO
MAMELI, 55
MONTEFALCO (PG)
TEL. 0742379057

Dove arte e natura *incontrano il cibo*

DALLE SPIAGGE BANDIERA BLU PROTETTE
DAL CONERO A UN ENTROTERRA COLTO E RURALE
AL TEMPO STESSO, CHE REGALA ROSONI E SALAMI,
PIAZZE E PAPPARDELLE. PER FINIRE SOTTO IL MONTE
CATRIA, STREGATI DAL PROFUMO DEI TARTUFI



Qui accanto: il centro storico di Osimo, appoggiato su una collina a pochi chilometri dal mar Adriatico. Tra le sue attrattive, la posizione panoramica, il rosone romanico e i reperti archeologici. A sinistra: Lorenzo Polacco, titolare di Olio Poldo, azienda produttrice di extravergine e condimenti.

GIORGIO FILIPPINI/SIME

P

ortonovo, Sirolo, Numana. Sono le tre tappe da segnarsi sul taccuino che attendono i bagnanti nel mese di settembre, ai bordi di un litorale più cristallino che mai e anse color fiordaliso che viste dall'alto scontornano spiagge di candidi ciottoli. A loro difesa il Monte Conero, un panettone

verde che si lascia cadere nell'Adriatico dai suoi 572 metri quasi a picco sul mare. E per chi è in vena di passeggiate e fuori pista in mountain bike ecco l'attrazione di sentieri che regalano vedute insolite sulla spiaggia della Vedova o delle Due Sorelle, con gli scogli gemelli che emergono dal blu. Le Marche sono l'unica regione plurale. Forse per questa ragione incalzano in ogni dove natura, musica, buona tavola e arte. Da scoprire partendo proprio da Ancona, il capoluogo, con il capolavoro medievale della cattedrale di San Ciriaco o con l'antico Lazzaretto, o Mole Vanvitelliana, che ospita tutto l'anno iniziative culturali.

A Portonovo, non distante dalla chiesa di Santa Maria, altro gioiello d'arte romanica, gli ultimi pescatori che operano nella baia si sono organizzati per la raccolta dei moscioli, le cozze selvagge dall'intenso aroma iodato. In direzione sud, Castelfidardo rimanda al suono della fisarmonica, strumento costruito qui per la prima volta nel 1863 grazie all'intuizione di Paolo Soprani e così importante

per l'economia locale da meritare un Museo internazionale. Il paesaggio, dalle colline arrotondate, è un mosaico dalle tessere ocra e smeraldo. Terre d'ulivi che Lorenzo Polacco, progettista di aree verdi e frantoiano, conosce bene: a ciascun appezzamento riserva la miglior cultivar per ottenere un olio extravergine dai profumi intensi: erbaceo nella Raggia, più verso il carciofo nella Coratina. E condimenti: da provare su zuppe e verdure a crudo quello al peperoncino. Dai campi che danno Olio Poldo, vale la pena salire al Duomo della vicina Osimo, dal celebre rosone romanico, prima di fare una sosta alla Fattoria di Paolo Marini, dove si celebra il legame alla tradizione per mezzo dell'allevamento della razza bovina da carne Marchigiana e della coltivazione del frumento Jervicella, ottimo per la panificazione. Una civiltà rurale che rivive proprio a Filottrano nel Museo del biroccio, un carro a due ruote che era trainato da una coppia di buoi e decorato con fiori, paesaggi e disegni di fantasia. Sulle strade che portano a Cingoli si ha l'impressione di viaggiare altissimi, sulle creste dei poggi, toccando un cielo ecclesiastico e luminoso, su una terra color solidago cinta dal verde mistico degli ulivi di varietà Mignola.

Se possibile, Cingoli, detto Balcone delle Marche per i panorami che regala, va visitato nel tardo pomeriggio, quando i palazzi di Corso Garibaldi raccontano al meglio l'aristocratico passato della città. Si dorme sul lago di Castreccioni nelle stanze del ristorante Smeraldo, in vista delle rovine del castello di Ottone II, dopo aver assaggiato la crescia (sottile pane con lievito madre cotto in forno a legna), salumi e pappardelle al cinghiale. *segue >*

A sinistra: uno scorcio della Baia delle due sorelle, spiaggia cristallina davanti a Sirolo, storica località marchigiana, incastonata nel Parco del Conero (a destra).

GIORGIO FILIPPINI/SIME



MARCHE DOVE ARTE E NATURA INCONTRANO IL CIBO

Qui sotto stalattiti e stalagmiti nelle grotte di Frasassi. Accanto: il salame di Fabriano e la suggestiva piazza del comune della località marchigiana, nota nel mondo per le storiche cartiere.



GETTY IMAGES/STOCKPHOTO



MAURO LAMINI/REDA&CO / CUBOIMAGES

FRITTATA IN TRIPPA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
COTTURA 30 MINUTI
400 CALORIE/PORZIONE

1 pagnotta rustica – 8 uova
– 500 g di polpa di pomodoro fresco
– 2 spicchi d'aglio – 1 rametto di maggiorana – 100 g di pecorino o parmigiano reggiano Dop – olio extravergine d'oliva
– sale – pepe

1 Sbucciate gli spicchi d'aglio e soffriggeteli in una casseruola con 6 cucchiaini di olio e le foglioline di maggiorana. Quando saranno imbionditi, eliminateli e aggiungete la polpa di pomodoro, 2 mestoli d'acqua, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Coprite e cuocete a fiamma bassa per 15-20 minuti.

2 Intanto sgusciate le uova in una ciotola, aggiungete due pizzichi di sale e sbattetene bene con due forchette. Cuocetene poco alla volta in una padella antaderente formando tante frittatine molto sottili.

3 Tagliatele a striscioline larghe 1,5 cm circa e aggiungetele al sugo preparato. Lasciatele insaporire per qualche minuto e regolate di sale. Intanto tagliate la calotta della pagnotta, private la base della mollica e passatela in forno a 150° per 10 minuti. Riempitela con le frittatine e completate con il formaggio a lamelle.



A destra: vacche della pregiata razza marchigiana allevate allo stato semi brado. Sotto: la veduta dell'eremo di Fonte Avellano nel comune di Sant'Abbondio; prodotti e accessori di Italia Tartufi, azienda di Cagli, alle falde del Monte Catria: sono specializzati in tartufi e derivati.

Chi ama silenzio e natura raggiunge di mattina l'abbazia di Sant'Urbano ad Apiro, capolavoro del Mille, e da lì arriva facilmente al Parco Regionale di Frasassi con le famose grotte, cesellate dai millenni. Prima di raggiungere Fabriano bisogna trovare il tempo per un intervallo nella chiesa di San Vittore alle Chiusi, circondata da montagne. Sembra che le robuste colonne cilindriche che separano le navate vogliano aprirsi uno squarcio verso il cielo. Se si ha più tempo, per una tortuosa strada si raggiunge l'abbazia di Val di Castro. In premio il panorama e uno scatto al bel chiostro.

Non si deve tralasciare invece una tappa a Fabriano. Il primo appuntamento è nella piazza del Comune, dalla forma pressoché triangolare. Un salto nello stile gotico sono i monumenti che ospita: il Palazzo comunale e la fontana Sturinalto, a vasche concentriche. Ma nel mondo Fabriano, Città creativa Unesco, è sinonimo di carta e filigrana, realizzate in città a partire dal Duecento. S'impara tutto nel Museo. Tra i buongustai Fabriano è anche nota per il salame, caratteristico per i lardelli presenti nell'impasto di carne suina magrissima e macinata finemente. Servono pochi minuti per raggiungere Sassoferrato, meta ideale per una giornata all'aperto al Parco Archeologico Sentinum, tra le colonne in granito, terme e mosaici della città romana, e la parte antica del borgo a caccia dei tesori del Rinascimento. Chi ama l'arte di questo periodo storico ha tempo sino a inizio novembre per visitare la mostra dedicata a uno dei figli più celebri di Sassoferrato, il pittore e architetto Pietro Paolo Agabiti allestita nel Palazzo degli Scalzi. Sulla strada che unisce Sassoferrato a Pergola sono l'alternanza di colline coltivate a maggese e boschi a dipingere il paesaggio. Per un'alternativa panoramica si seguono le



indicazioni per Cabernardi dove inizia la visita al Parco Archeo Minerario dello Zolfo, che continua nell'abbandonata raffineria di Bellisio Solfare. A Pergola va dedicato il tempo necessario per visitare il Museo dei Bronzi dorati, composto da quattro statue romane che rappresentano personaggi d'alto rango riportate alla luce 75 anni fa. Nella fattoria Villa Ligi ci si può far raccontare tutto sul vino Doc Pergola da Franco Tonelli. L'aroma floreale e la bocca composta in tannini si deve all'Aleatico, l'uva base per la Doc. Pergola è anche una delle riconosciute capitali della visciolata, bevanda alcolica prodotta con la varietà locale di amarene lasciate macerare nel vino.

Chi vuole assaporare un prodotto ormai raro a causa dello spopolamento delle aree interne deve dirigersi verso il borgo di Frontone. Qui grazie al saper fare di Gian Marco Ginelli e alle profumate erbe che crescono alle pendici del Monte Catria il gusto delle caciotte ovine è come quello che fece innamorare Michelangelo. Vale la pena infilarsi lungo la strada solitaria e ricca di boschi che conduce all'eremo di Fonte Avellana, dove ci si ferma ad ammirare il chiostro e la cripta della chiesa. Un eden per i camminatori i numerosi sentieri che attraversano ruscelli e selve ricche di tartufo. La sua fragranza si espande tutto l'anno fuori dal laboratorio di Italia Tartufi a Cagli: spiegano che ciascuna varietà di tartufo ama una diversa stagione. E in soccorso di chi apprezza solo il bianco, che si raccoglie in autunno, c'è una specialità alimentare a base di burro e *Tuber magnatum Pico*. Tartufo nero intero o in fette quanto se ne vuole. Pasta, riso, formaggio e persino salame e grappa al tartufo che possono arrivare ovunque nel mondo con rapide spedizioni. Rimane il tempo di ammirare le chiese e il Centro di Scultura Contemporanea nel Torrione, opera di Francesco di Giorgio Martini. Un modo speciale per raccontare l'arte all'infinito.



UMIDO MARCHIGIANO

MEDIA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 40 MINUTI
COTTURA 2 ORE E 30 MINUTI
310 CALORIE/PORZIONE

1 kg di polpa di vitello – 60 g di prosciutto crudo – 6 pomodori maturi – 1 limone non trattato – 1 spicchio d'aglio – 120 g di pancetta a cubetti – ½ cipolla – 1 carota – 1 costa di sedano – 1 ciuffo di maggiorana – brodo di carne – vino rosso – 30 g di burro – sale – pepe

1 Tuffate i pomodori per pochi secondi in acqua bollente, scolateli, privateli della pelle, dei semi e dell'acqua di vegetazione; tagliateli a tocchetti. Tritate finemente il prosciutto con l'aglio, una strisciolina di scorza di limone, poco sale e pepe. Praticate delle incisioni profonde

nel pezzo di carne, lardellatelo con il trito e legatelo con lo spago da cucina.

2 Sbucciate la cipolla, raschiate la carota, lavate e spuntate il sedano; tritate tutto. Riunite il trito con la pancetta la maggiorana e fatevi rosolare la carne su tutti i lati. Salate e pepate. Abbassate il fuoco, versare un bicchiere di vino, coprite e cuocete per mezz'ora. Unite la polpa di pomodoro preparata, tre mestoli di brodo e cuocete coperto ancora per 2 ore. Prima del termine della cottura, togliete la carne, unite al fondo il burro a fiocchetti e montate con una frustina. Servite l'umido a fette con il suo fondo passato al setaccio. Potete portarlo in tavola il piatto caldo o tiepido con olio, sale e peperoncino.



GUIDO BAVIERA/SIME

Qui sopra: una veduta della città di Pergola, in provincia di Pesaro e Urbino, riconosciuta tra i Borghi più belli d'Italia.

GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

PRODUTTORI
ITALIA TARTUFI
VIA ENRICO FERMI, 1
CAGLI (PU)
TELEFONO 0721781388
DESTINATIONGUSTO.IT

AZIENDA AGRICOLA GINELLI
VIA ROMA, 127
FRONTONE (PU)
TELEFONO 3477176024

OLIO POLDO
VIA CRUCIANELLI, 1
CASTELFIDARDO (AN)
TELEFONO 3339776338
DESTINATIONGUSTO.IT

FATTORIA VILLA LIGI
VIA ZOCCOLANTI, 25
PERGOLA (PU)
TELEFONO 0721734351

AZIENDA AGRICOLA FABRIZIO BARBAROSSA
FRAZIONE SAN MICHELE, 89
FABRIANO (AN)
TELEFONO 3286567100

MACELLERIA LAURO & MARIA
CORSO GARIBALDI, 46
CINGOLI (MC)
TELEFONO 0733602383

AZIENDA AGRICOLA SBAFFI
VICOLO CASTRICA, 21
FABRIANO (AN)
TELEFONO 07324714

COOPERATIVA PESCATORI PORTONOV
VIA DELLA PESCHERIA, 1
NUMANA (AN)
TELEFONO 0719331801

AZIENDA AGRICOLA PAOLO MARINI
VIA CHIUSURA, 6
FILOTTRANO (AN)
TELEFONO 3299176822

COOPERATIVA VERDOLIO
VIA LUIGI PIRANDELLO, 3
CINGOLI (MC)
TELEFONO 0733603615

AZIENDA AGRICOLA VILBERTO MANCINI
LOCALITÀ COLLE DI CATOBAGLI
SASSOFERRATO (AN)
TELEFONO 3334191207

AZIENDA AGRICOLA GENTILINI
LOCALITÀ SERRASPINOSA, 65
PERGOLA (PU)
TELEFONO 3392961931

AZIENDA AGRARIA GALLUZZI
VIA MONTEFIGURETTA, 9
CASTELFIDARDO (AN)
TELEFONO 3381530832

RISTORANTI
RISTORANTE SMERALDO
LOCALITÀ CASTRECCIONI
CINGOLI (MC)
TELEFONO 0733612104

RISTORANTE LA TORRE
VIA LA TORRE, 1
NUMANA (AN)
TELEFONO 0719330747

RISTORANTE IL CANTUCCIO
VIA FELICE CAVALLOTTI, 5
PERGOLA (PU)
TELEFONO 3663053366



An aerial photograph of a medieval town built on a lush green hill overlooking the deep blue waters of Lake Bolsena. The town features numerous stone buildings with terracotta roofs, a prominent church with a tall bell tower, and is surrounded by dense trees. In the background, the lake stretches towards distant hills under a bright blue sky with scattered white clouds.

Tuscia

UN TUFFO NEL PASSATO

ATTORNO AL LAGO DI BOLSENA SI INNALZANO BORGHI SUGGESTIVI, PALAZZI SONTUOSI E CHIESE MEDIEVALI. MERITANO LA SCOPERTA ANCHE LE ECCELLENZE GASTRONOMICHE LOCALI COME LEGUMI, CEREALI, OLIO E UN AGLIO ROSSO COLTIVATO GIÀ A TEMPI DEGLI ETRUSCHI

N

el suo diario di ritorno da Roma verso la Bretagna l'arcivescovo di Canterbury Sigerico annota le 79 tappe che nei secoli a seguire semplici pellegrini, prelati e

sovrani avrebbero calcato sotto il nome di Via Francigena. Il X secolo volgeva al termine. Basta un poco di fantasia per rivivere quelle atmosfere fitte di castelli e villaggi, calanchi e forre incise da piccoli corsi d'acqua nel cuore dell'Etruria presso il Parco naturalistico e archeologico di Vulci, una delle 12 capitali etrusche che si trova in provincia di Viterbo. Lasciata alle spalle l'architettura medievale del Castello dell'Abbadia, una sentinella a difesa del Ponte del diavolo, sul confine tra Granducato della Toscana e Stato pontificio e già presente in epoca etrusca, si può prenotare come punto d'appoggio per le giornate del viaggio un appartamento dell'agriturismo Casalino dei Francesi nelle campagne di Montalto di Castro. Si trova all'interno della fattoria dell'Antica Tenuta Giovanna. Le colline intorno profumano di lavanda, rosmarino e issopo che Armando Aquilani coltiva per trarne olio essenziale e hanno il colore biondo di orzo, farro e legumi che, in rustiche confezioni, diventano ingredienti base di zuppe o piatti freddi.

Anche le limitate aree pianeggianti della Maremma, un tempo luogo di malsane arie palustri, sono state trasformate in fertili terre di olivi, viti e ortaggi. A Canino l'aria è impregnata della fragranza di uno dei migliori extravergini della penisola. A dimostrazione, vale la pena provare la Selezione Oro Dop Canino del frantoio Cerrosughero, dalle note di carciofo, mandorla amara e rucola. Chi ha poco tempo entra svelto in centro per apprezzare la fontana del Cinquecento a vasca dodecagonale con bassorilievi che riportano stemmi gentilizi e trofei militari. Merita invece una deviazione tra boschi di querce e campi di grano Pianiano, borgo all'interno delle mura castellane. Il silenzio e l'atmosfera antica degli edifici trasportano il visitatore ai confini del tempo. La Tuscia è anche terra di antichi vulcani spenti. Che spesso si sono trasformati in bacini idrici naturali, laghi dalla curiosa forma circolare o quasi. Come il lago di Bolsena. Qui le rocce e gli

speroni lasciano spazio a un panorama decisamente più dolce. A Capodimonte si arriva direttamente al centro storico per la litoranea. L'occhio cade su un lungolago ordinato e un porto bene attrezzato. Il punto più alto è il promontorio di lava sul quale poggia palazzo Farnese e su richiesta si può visitare il giardino con magnolie, palme e oleandri. Ancora lungo la riva del lago si può arrivare a Marta dove palazzi e piazze parlano delle famiglie nobiliari Farnese e Orsini. Per godere di una vista sul lago bisogna però arrampicarsi al santuario della Madonna del Monte.

Da queste parti la vera star delle cantine è la Canaiola, da uve di Canaiolo nero. Dal colore rosso rubino, morbido e con delicati aromi si sorreggia a tutto pasto, come spiegano all'azienda agricola Castelli. A una decina di chilometri, Montefiascone deve invece la sua fama alla Doc Est! Est!! Est!!!, vino dal colore paglierino e dalla bocca asciutta e armonica, che evoca tradizioni e leggende. All'epoca di Sigerico il toponimo conicidedeva con la chiesa di San Flaviano, costruita contro uno scosceso pendio e formata da due chiese sovrapposte. Da non perdere i capitelli romanici di quella inferiore. Si devono abbandonare per qualche chilometro le sponde del lago in direzione di una meta d'obbligo, Civita di Bagnoregio, antico borgo di origine etrusca. L'accesso avviene per mezzo di un ponte pedonabile di 300 metri. Le sue scogliere di tufo e le piazze dal sapore onirico furono il set ideale che Federico Fellini non si fece sfuggire per registrare alcune scene de *La Strada*.

segue >

Nella pagina precedente, Capodimonte, antico borgo adagiato su un promontorio che si allunga verso il Lago di Bolsena. A destra, il ponte del Diavolo, nei pressi di Canino, con il castello della Badia di Vulci. Di origine etrusco-romana, il ponte si trovava lungo uno degli assi di comunicazione tra le città dell'Etruria; nel Medioevo fu collegato alla Badia di Vulci.





FAGIOLI ALLA SUTRINA

FACILE
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 25 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 1 ORA E 40 MINUTI
660 CALORIE/PORZIONE

600 g di fagioli borlotti secchi – 200 g di polpa di manzo e di maiale macinata – 1 carota – 1 costa di sedano – 1 cipolla – 500 g di passata di pomodoro – brodo di carne – 1 mazzetto di maggiorana – 3 chiodi di garofano – 1/2 peperoncino – olio extravergine d'oliva – sale – pepe

1 Lasciate i fagioli in una ciotola di acqua fredda per 12 ore, poi sgocciolateli e lessateli in acqua salata. Intanto raschiate la carota, spuntate e lavate il sedano, sbucciate la cipolla e tagliateli a dadini molto piccoli; soffriggeteli in una casseruola con poco olio e le foglie di maggiorana, poi salate e pepate.

2 Rosolate la carne macinata nel soffritto, bagnate con un mestolo di brodo caldo e la passata e insaporite con il peperoncino e i chiodi di garofano. Cuocete ancora per 30 minuti: se il sugo dovesse addensarsi troppo, unite ancora un po' di brodo.

3 Aggiungete i fagioli lessati nella casseruola con il sugo e fateli insaporire per 10 minuti. Servite completando, se vi piace, con pecorino a lamelle e un filo d'olio.



A lato, un momento della sarchiatura nel campo di ceci dell'Antica Tenuta Giovanna a Montalto di Castro e, sotto, un piatto realizzato con i legumi biologici di Poggio del Birbo dell'azienda agricola. A sinistra, la raccolta delle olive del frantoio Cerrosughero a Canino.



Sotto, le grandi trecce di aglio rosso di Proceno, che possono arrivare anche a 30 teste, danno il nome all'azienda di Marcella Santoni. Gli Etruschi furono i primi a fare un uso abbondante di questo bulbo che ha gusto forte, profumo intenso ma è molto digeribile.



CASSERUOLA
VIRGINIA CASA

Macchie di eucalipti attenuano l'asperità di un paesaggio lunare fatto di calanchi sulla strada per Bolsena, nelle guide medievali conosciuta con il nome di un'altra chiesa, Santa Cristina. Dopo una sosta alla cripta della basilica bisogna salire al Castello Monaldeschi per godere di una bella prospettiva del borgo e del lago. Lo spaccio della Cooperativa Lago Vivo è particolarmente gradito a chi ama il pesce di lago, anche lavorato, mentre nelle trattorie non è difficile incontrare il coregone alla bolsenese, con condimento i fiori di finocchietto, aglio, aceto e salvia. Da qui si può proseguire per Gradoli, famoso per il cinquecentesco Palazzo Farnese e i suoi soffitti lignei a cassettoni, e il lago di Mezzano, ideale per praticare l'escursionismo a piedi, in bicicletta o a cavallo; oppure dirigersi verso nord a Grotte di Castro, aggrappato a uno sperone roccioso e circondato da colli e valli. Per gli acquisti di salumi vale la pena fermarsi alla fattoria di Villa Caviciana dove boschi di querce ospitano i suini riccioluti di razza Mangalica, dalla carne marezzata e soda.

Merita una deviazione il centro di Onano, racchiuso nelle originarie mura di cinta e impreziosito da palazzo Madama. Chiunque s'incontri porterà testimonianze di Eugenio Pacelli, futuro papa Pio XII, e di Lina Cavalieri, soprano e femme fatale d'inizio Novecento, che trascorsero a Onano i primi anni di vita. Altrettanto celebri le lenticchie. Quelle di Marino Dattoli sono coltivate grazie all'impiego di sostanze naturali e organiche, con rotazione degli appezzamenti dedicati a pascolo, patate o lenticchie. Su per i margini frastagliati della bancata di

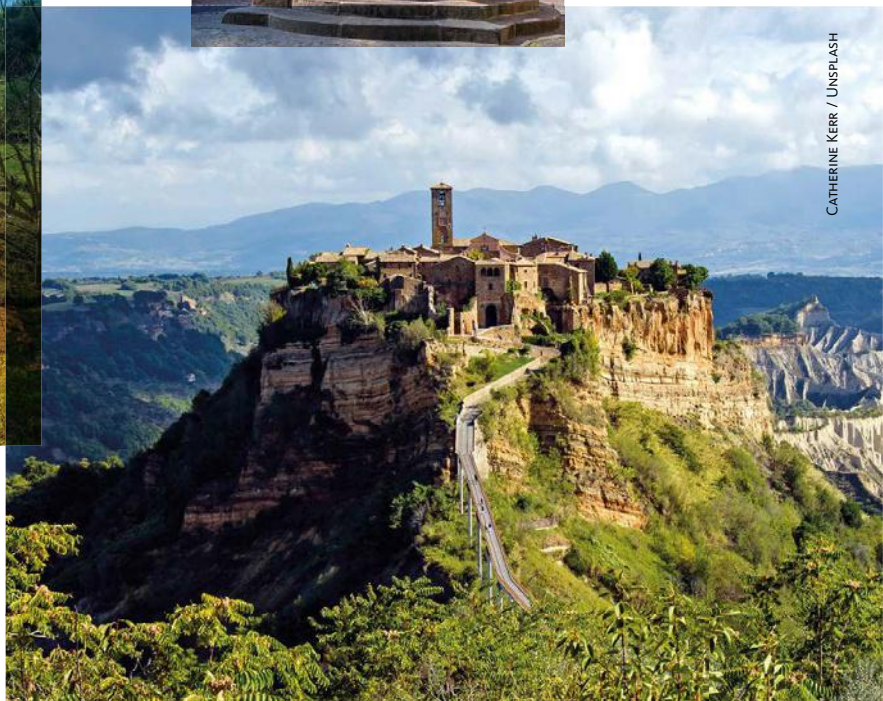
lava si arriva ad Acquapendente, con la Cattedrale del Santo Sepolcro, meta religiosa privilegiata nel cammino francigeno verso Roma, e la bella torre medievale, detta Julia de Jacopo. Tutt'attorno la Riserva naturale del Monte Rufeno, dove affittare cavalli e fare passeggiate. Gli amanti della fotografia si danno appuntamento durante la fioritura delle orchidee, di cui si contano 39 specie.

All'Azienda Agricola di Giuseppe Brizi si possono assaggiare il miele prodotto all'interno della Riserva e il farro del pungolo, una varietà locale, ideale per comporre zuppe con legumi e patate. Non lontano da Acquapendente c'è Proceno, villaggio fondato secondo la leggenda dal mitico re chiusino Porsenna. Nell'abitato si trovano antiche chiese e un castello-fortezza del XII secolo con ponte levatoio e torrione dove pare sia stato ospitato Galileo Galilei. Proceno è il paradiso per chi predilige i gusti forti. L'aglio rosso, dal profumo intenso e spicchi corti e tozzi, viene lavorato interamente a mano. Gradevole anche il tallo conservato sott'olio. Il migliore? Quello di Marcella Santoni, coltivato su terreni argillosi appena fuori le mura.

Sotto, Fabrizio Nocci, responsabile macelleria di Villa Caviciana a Gradoli, che produce salumi da maiali di razza Mangalica allevati all'aperto in grandi recinti e alimentati con cibo biologico di produzione propria.



A lato, piazza Vittorio Emanuele a Montefiascone, vecchio cuore della città. Sotto, l'incantevole Civita di Bagnoregio, al centro della Valle dei Calanchi, collegata a Bagnoregio da un ponte lungo 300 metri. Rimasta quasi intatta dalla fine del Medioevo, è isolata a causa della progressiva erosione della collina su cui è arroccata.





A sinistra, un pescatore della cooperativa Lago Vivo sul Lago di Bolsena. Sotto, cassette di coregoni nel negozio a Bolsena. A destra, la Basilica romanica di san Flaviano a Montefiascone, lungo la Via Francigena.



MILLA1974 / ISTOCK PHOTO



FICHI IN PADELLA

FACILISSIMA
PER 4 PERSONE
PREPARAZIONE 10 MINUTI
COTTURA 15 MINUTI
110 CALORIE/PORZIONE

10 fichi verdi maturi ma sodi
– 1 spicchio d'aglio – finocchietto
selvatico – olio extravergine
d'oliva – sale – pepe

1 Lavate con cura i fichi, asciugateli e tagliateli a metà. Sbucciate lo spicchio d'aglio, tritatelo e fatelo imbiondire in una padella con poco olio a fuoco medio.

2 Aggiungete i fichi nella padella, abbassate la fiamma e cuoceteli sui due lati, facendo attenzione che non si attacchino al fondo. Insaporite con un pizzico di sale, ciuffetti di finocchietto e una macinata di pepe; servite i fichi come contorno a carni grasse.



GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

PRODUTTORI
AZIENDA AGRICOLA
CERROSUGHERO
LOCALITÀ CERROSUGHERO
SS 312 KM 22,600
CANINO (VT)
TEL. 0761438594

AZIENDA AGRICOLA
CASTELLI
VIA FRATELLI CAIROLI, 21
MARTA (VT)
TEL. 3288917846

AZIENDA AGRICOLA
LA TRECCIA
VIA FUORI PORTA
FIORENTINA, 47
PROCENO (VT)
TEL. 3884016016

LAGO VIVO
COOPERATIVA
VIA CASSIA VECCHIA, 111
BOLSENA (VT)
TEL. 0761780517

SOCIETÀ AGRICOLA
VILLA CAVICIANA
LOCALITÀ TOJENA
CAVICIANA
GRADOLI (VT)
TEL. 0763798212

ANTICA TENUTA
GIOVANNA
STRADA DOGANA, SP 4
MONTALTO DI CASTRO (VT)
TEL. 0766898711
DESTINATIONGUSTO.IT

AZIENDA AGRICOLA
CERQUETO
VIA ONANESE, 49
ACQUAPENDENTE (VT)
TEL. 0763732106

AZIENDA AGRICOLA
MARINO DATTOLI
VIA DELLA LENTICCHIA
ONANO (VT)
TEL. 3487139310

NEGOZI
MACELLERIA SABATINI
& FELICI
VIA CARDINAL CATERINI, 14
ONANO (VT)
TEL. 076378249

RISTORANTI
TRATTORIA
DEL PESCATORE
LOCALITÀ FORNACELLA
BOLSENA (VT)
TEL. 3483721749

CAPRICCIO DI MARE
PIAZZALE VETULONIA
MONTALTO DI CASTRO (VT)
TEL. 3398889882

TRATTORIA LA DOGANA
LOCALITÀ CENTENO
PROCENO (VT)
TEL. 0763734092

Le montagne *incantate*

DALLA COSTA DEI TRABOCCHI VERSO I MASSICCI DELL'INTERNO
PERCORRENDO INFINITI SU E GIÙ PER LE VALLATE, TRA BORGHI MURATI,
PARCHI NATURALI E CHIESE MEDIEVALI. ALLA SCOPERTA DI CHI SA FARE
TRADIZIONE IN MODO SUPERLATIVO: LATTICINI DA RAZZE OVINE
RUSTICHE, VINI DA ANTICHI CEPPI DI VITE, LIQUORI DA ERBE DI MONTAGNA



Dai primi anni Ottanta la
Cooperativa ASCA ha
ripreso la tradizione
dell'allevamento estensivo
degli ovini e recuperato
razze rustiche locali. A
destra il fondatore, Nunzio
Marcelli, con un agnello.

In Abruzzo il modo migliore per conoscere il paesaggio e le abitudini gastronomiche non è da nord a sud, ma da est a ovest. A una certa costanza dei costumi lungo la costa corrisponde infatti la grande varietà che si incontra nelle tante piccole capitali tra i monti, ciascuna con un proprio castello o palazzo signorile. Dal tratto di mare tra Ortona e Vasto, noto come Costa dei trabocchi, le "macchine da pesca" ancorate alla costa per mezzo di lunghe e strette passerelle, si raggiunge con facilità

l'entroterra grazie alle vie di comunicazione che corrono parallele al corso dei fiumi. Ortona ospita l'Enoteca regionale grazie al bacino agricolo che ha alle spalle. Il suo Castello Aragonese a strapiombo sul mare è un belvedere sulla riviera che può essere il punto di partenza per il viaggio. A pochi minuti verso l'interno anche Crecchio, dall'aspetto medievale, sfoggia un proprio castello, sede del Museo dell'Abruzzo bizantino e altomedievale.

A chi piace passeggiare per stradine dall'aspetto medievale può scegliere ancora la vicina Villamagna, che si raggiunge percorrendo infiniti su e giù per le vallate con vigneti e uliveti pettinati. Non distante dal borgo Fattoria Licia, guidata da Enzo De Luca, è il luogo ideale per conoscere la viticoltura abruzzese, che ha i colori del pruinoso

Montepulciano, dorati del Trebbiano, e di quegli esclusivi toni amarena del Cerasuolo, fresco e vibrante. Soprattutto è la tappa giusta per chi vuole scoprire vini prodotti con antichi ceppi di Montepulciano e Trebbiano abruzzese, prelevati negli anni Cinquanta e conservati in reimpianti ancora oggi produttivi.

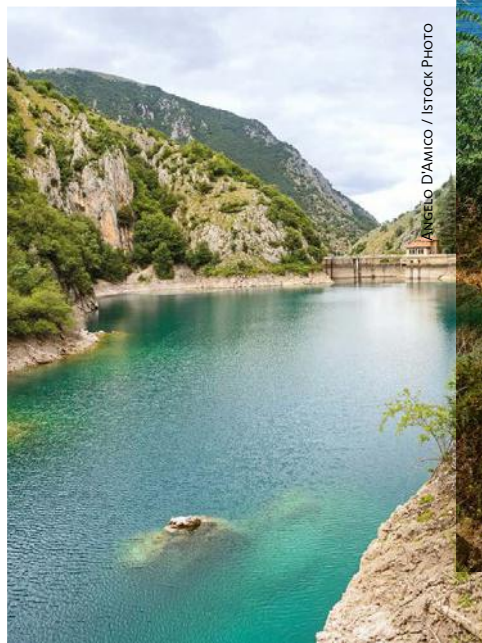
L'arte religiosa è un altro aspetto centrale dell'offerta turistica abruzzese. Così l'itinerario può scivolare verso la chiesa dell'abbazia di Santa Maria Arabona, che da 800 anni è luogo di raccoglimento e preghiera. Ma che richiama anche gli appassionati dell'ingegno medievale, attratti dall'impressionante rosone e dall'elegante candelabro per il cero pasquale. Ma si sa che Abruzzo fa rima con natura: per questo si prosegue una decina di minuti sulla Strada Tiburtina (SS 5) verso l'interno. A Scafa si trova il Parco delle Sorgenti sulfuree del fiume Lavino, all'ingresso del Parco Nazionale della Majella. Nei 40 ettari del polmone verde si susseguono laghetti di acqua sulfurea, selve di pioppi e salici bianchi assai graditi a ricci e volpi, ballerine gialle e martin pescatore.

Ancora accanto alla SS5, l'ambone e il ciborio della basilica di San Clemente a Casauria esercitano sicuro fascino nei confronti di chiunque varchi il portale istoriato, che di per sé merita il viaggio prima di infilarsi nei vicoli di Tocco da Casauria, che hanno ispirato la dannunziana *La figlia di Iorio*.

segue >



Sotto, il lago di San Domenico nelle Gole del Sagittario, un'oasi naturale da scoprire a piedi per godere di falesie, rupi, cascate e del canyon scavato dal fiume. A destra, il ristorante Trabocco Punta Cavalluccio a Rocca San Giovanni.

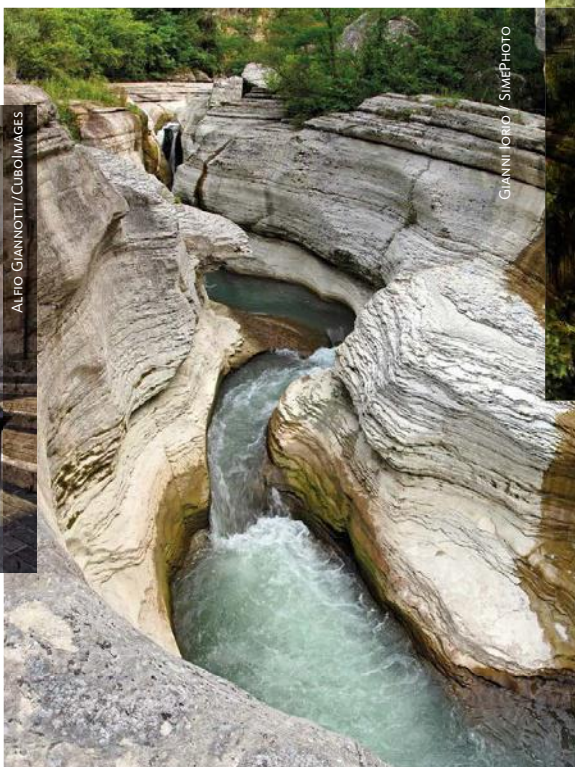


ANGELO D'AMICO / ISTOCK PHOTO





Sopra, la chiesa della Santissima Trinità a Popoli. A lato, la valle dei Luchi nel Parco Nazionale della Majella. A destra, i vigneti della Fattoria Licia a Villamagna: accanto ai tradizionali Montepulciano e Trebbiano, si coltivano anche vitigni internazionali o antichi cloni come Malvasia, Pecorino, Cococciola e Moscato nero.



Si può partecipare a una caccia al tesoro ben più materiale, alla ricerca degli antri dove Fausto Zazzara affina gli spumanti metodo classico da uve autoctone, inaugurando un nuovo capitolo della viticoltura abruzzese con risultati esaltanti. Da provare lo spumante di uva Cococciola. Se si fosse alla ricerca di emozioni più... forti viene in soccorso la distilleria Toro con il suo Centerbe, elaborato con le essenze aromatiche raccolte sulle Montagne del Morrone, intorno ai 2000 metri.

Chi è interessato alla combinazione di arte e natura non si spinge molto più avanti. A Popoli infatti sarà colpito dalla possanza del castello di Cantelmo e dall'esuberanza della Riserva naturale delle Sorgenti del Pescara. Da qui si raggiunge velocemente Sulmona. Difficile rimanere indifferenti di fronte ai delicati ricami scolpiti nella pietra di Palazzo dell'Annunziata e all'acquedotto costruito nel Duecento a 21 arcate. Ed è inevitabile lasciarsi tentare dalle secolari golosità di Sulmona, i confetti. L'indirizzo giusto per viziarsi è quello della bottega di William Di Carlo jr. Lo assicura l'esperienza di sei generazioni passate tra le bassine, le grandi pentole di rame dove rotolano le mandorle avvolgendosi di sciroppo di zucchero. Ne esce un'esplosione di colori che va a comporre mazzi di fiori, composizioni tradizionali di Sulmona e altre riserve alle diverse ricorrenze.



Se si ha più tempo, vale la pena spostarsi di qualche chilometro verso l'eremo di Sant'Onofrio al Morrone, arroccato su un'immane parete rocciosa. Gli appassionati di archeologia fanno un salto al vicino santuario dedicato a Ercole Curino. Il mosaico del pavimento del tempio che raffigura tralci di vite, delfini, torri e onde è il pezzo forte. La strada corre tra le montagne più alte dell'Appennino centrale prima di giungere ad Anversa degli Abruzzi, che domina lo sbocco delle forre scavate dal fiume Sagittario. Qui la Cooperativa ASCA ha fatto da apripista al concetto di recupero della pastorizia estensiva con un approccio moderno, fondato sulla riscoperta delle razze rustiche locali e valorizzando le risorse naturali. Come conseguenza dal 1987 la ricotta affumicata e il motto "Adotta una pecora" sono diventati un modello di abilità pastorale applicata al XXI secolo.

Negli anni Trenta questi luoghi colpirono la fantasia di Maurits Escher, che ritrasse la frazione di Castrovalva. Per farsi un'idea della sua selvaggia grazia si deve percorrere un sentiero di 6 chilometri tra boschi inviolati e da lì attraversare le Gole del Sagittario sino al vicino borgo di Scanno, un gioiello di pietra dalle ripide stradine. L'itinerario può continuare da Anversa degli Abruzzi tra su e giù e tornanti, foreste e villaggi arroccati su speroni di roccia. All'improvviso si apre la Piana del Fucino, con i campi tracciati secondo una rigorosa geometria di tasselli colorati sul fondo di quello che fino all'Ottocento era un lago. Terra fertilissima che dona la carota dell'Altopiano del Fucino Igp e un elenco sconfinato di verdure. Qui le montagne sono lontane, ma per sentirsi vicini al cielo si può visitare il Museo del Centro Spaziale del Fucino, il più importante centro di telecomunicazione civile

PIZZA RUSTICA CON LA RICOTTA

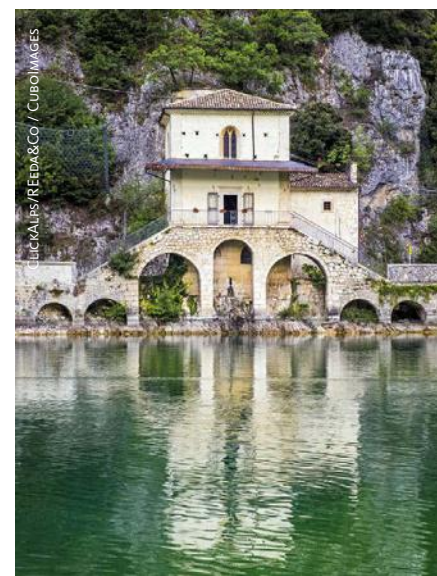
MEDIA
PER 8 PERSONE
PREPARAZIONE 50 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 30 MINUTI
600 CALORIE/PORZIONE

700 g di farina 00 – 400 g di ricotta di pecora – 30 g di lievito di birra – 2 uova sode – 150 g di prosciutto crudo – 100 g di salame – latte – 1 mazzetto di prezzemolo – 70 g di pecorino grattugiato – olio extravergine di oliva – sale – pepe

1 Sciogliete il lievito di birra in poco latte. Versate la farina sulla spianatoia, create una fossetta al centro e versateci il mix di latte e lievito, poca acqua tiepida, un pizzico di sale e un filo d'olio. Sbattete gli ingredienti nella fossetta con una forchetta, incorporando gradualmente la farina circostante. Impastate con le mani per 15 minuti, formate una palla, avvolgetela nella pellicola per alimenti e lasciatela riposare per almeno un'ora.

2 Intanto preparate il ripieno. Mescolate in una ciotola la ricotta con il pecorino, il salame e il prosciutto a listarelle, un filo d'olio, sale, pepe e abbondante prezzemolo tritato. Stendete la pasta con il matterello in due sfoglie rotonde sottili, una appena più grande dell'altra.

3 Disponete la prima in una teglia rotonda di 26 cm unta con poco olio, riempite con il ripieno e inserite qua e là spicchi di uovo sodo. Coprite con la sfoglia più piccola e sigillate i bordi. Ungete la superficie con poco olio, bucherellatela e infornate la pizza a 180° per 30 minuti o finché la superficie sarà dorata.



LUCIA/REDA&CO / CUBO IMAGES



Sopra, splendide etichette vestono le bottiglie del Liquorificio d'Abruzzo. A destra, il piccolo santuario settecentesco della Madonna del Lago affacciato sul Lago di Scanno.

al mondo. Se il tempo è tiranno, si seguono invece le indicazioni per Celano, ai piedi del suo grandioso castello e porta del Parco Regionale Sirente Velino. Per la gioia degli arrampicatori e appassionati di trekking sono 35 le vette che superano quota duemila dove i panorami hanno forma di pianori, canyon e praterie di origine carsica. Ripidi tornanti salgono a Ovindoli. La natura regala agli amanti della mountain bike percorsi che zigzagano tra coltivi, boschi e fontanili e ai ghiottoni la materia prima per ottenere infusi con erbe aromatiche. Ci hanno pensato al Liquorificio d'Abruzzo a ricavare profumati elisir da genziana, finocchietto e santoreggia. Alchimie che appartengono alla storia gastronomica di questa parte d'Italia, ideali per un buon riposo dopo l'esplorazione di valli e montagne con lo zaino in spalla.

GLI INDIRIZZI DI SALE&PEPE

PRODUTTORI

FATTORIA LICIA

CONTRADA VAL DI FORO, 64
VILLAMAGNA (CH)
TEL. 0871300252
DESTINATIONGUSTO.IT

FAUSTO ZAZZARA

VIA GIUSEPPE MAZZINI VICO I
TOCCO DA CASORIA (PE)
TEL. 085880430

ENRICO TORO DISTILLERIA

VIA TIBURTINA, 18
TOCCO DA CASORIA (PE)
TEL. 085880279

IRC WILLIAM DI CARLO

VIA DEL LAVORO, 15/17
SULMONA (AQ)
TEL. 0864253070
DESTINATIONGUSTO.IT

COOPERATIVA

AGRITURISTICA ASCA

LOCALITÀ FONTE DI CURZIO
ANVERSA DEGLI ABRUZZI (AQ)
TEL. 086449595

AZIENDA AGRICOLA

DOMENICO MANCINI

VIA VICENNA, 16
CELANO (AQ)
TEL. 3389711576

LIQUORIFICIO D'ABRUZZO

VIA ARANO, 16
OVINDOLI (AQ)
TEL. 3397376105
DESTINATIONGUSTO.IT

RISTORANTI

RISTORANTE LA STOZZA

VIA DEL CERASO, 3
OVINDOLI (AQ)
TEL. 3311339535

TRABOCCO PUNTA

CAVALLUCCIO

CONTRADA
PIANE FAVARO, 267
ROCCA SAN GIOVANNI (CH)
TEL. 3333010800

TACCOZZE E CECI

MEDIA
PER 6 PERSONE
PREPARAZIONE 45 MINUTI
+ RIPOSO
COTTURA 10 MINUTI
400 CALORIE/PORZIONE

**600 g di farina di grano duro –
400 g di ceci lessati e sgocciolati
– 1,5 litri di brodo vegetale –
peperoncino – olio extravergine
d'oliva – sale**

1 Versate la farina sulla spianatoia, create una fossetta al centro e versateci un pizzico di sale, 300 ml di acqua tiepida, poca alla volta, e iniziate a lavorare, aggiungendo un cucchiaino di olio verso la fine. Impastate con le mani per 15 minuti, formate una palla, avvolgetela nella pellicola e fatela riposare per mezz'ora.

2 Stendetela con il matterello sul piano di lavoro a uno spessore di mezzo cm, poi tagliate la sfoglia a righe diagonali in un senso e poi nell'altro per ottenere tante taccozze a forma di rombo.

3 Cuocete i ceci per 5 minuti nel brodo, passatene un quarto al passaverdura facendoli cadere nel brodo, poi tuffatevi le taccozze e fatele lessare. Spegnete il fuoco quando saranno al dente e lasciate riposare per qualche minuto. Servite il piatto caldo o tiepido con un filo d'olio e un pizzico di peperoncino.



A sinistra, un momento della preparazione dei confetti IRC William Di Carlo, a Sulmona: nelle macchine chiamate "bassine" le mandorle rotolano per ricoprirsi di zucchero. Qui accanto, una confezione di confetti. A destra, uno scorcio di Sulmona, patria di questa specialità.



GABRIELLA CLARE MARINO / UNSPLASH

nel prossimo numero



Nel numero di ottobre Sale&Pepe vi propone sette itinerari di turismo gastronomico tra le regioni del Sud Italia e le isole maggiori. Partiremo alla volta del **MOLISE** per scoprire una nuova patria del tartufo e poi seguire il Volturno in **CAMPANIA** in cerca di salumi e formaggi; legumi e vini di prim'ordine ci attendono in **BASILICATA**, mentre in **PUGLIA** punteremo alle eccellenze assolute tra pomodori, oli e formaggi di pecora; in **CALABRIA** sarà caccia ai pregiati bergamotti e ai caciocavalli di antica tradizione e, una volta passato lo Stretto, approderemo in **SICILIA** per gustare il pesce azzurro e farci sorprendere dalle coltivazioni di riso pregiato; infine oli strepitosi, vini di carattere e una specialissima fregola in una **SARDEGNA** non scontata.

indice delle ricette

I piatti della tradizione regionale da provare a casa

EDITORIALE	
Pinciarelle in salsa di magro	<u>05</u>
EMILIA ROMAGNA	
Torta di riso alla bobbiese	<u>09</u>
Trippa alla parmigiana	<u>10</u>
TOSCANA	
Tordelli lucchesi	<u>13</u>
Polpette di sedani alla pratese	<u>14</u>
UMBRIA	
Persico al dolceagro	<u>19</u>
Frittelle di pancotto	<u>21</u>
MARCHE	
Frittata in trippa	<u>24</u>
Umido marchigiano	<u>26</u>
LAZIO	
Fagioli alla sutrina	<u>29</u>
Fichi in padella	<u>31</u>
ABRUZZO	
Pizza rustica con la ricotta	<u>35</u>
Taccozze e ceci	<u>36</u>



**UN VIAGGIO
TRA LE DESTINAZIONI
DEL GUSTO**

destinationgusto.it

lo shop online per gli amanti
del buon cibo.

Iscriviti alla newsletter:

ricevi subito uno sconto di benvenuto
e sei sempre aggiornato sulle promozioni dedicate.

Con **Destination Gusto** porti a tavola i sapori
e la tradizione del buon vivere, bere e mangiare italiano.



Messaggio pubblicitario di Intesa Sanpaolo e di B2X.

Il sito web www.destinationgusto.it è di proprietà di Intesa Sanpaolo ed è gestito dalla Società B2X srl. I prodotti offerti sul sito web www.destinationgusto.it sono venduti direttamente da B2X che è responsabile della vendita.

Destination Gusto è un'iniziativa di

INTESA  SANPAOLO

sale&pepe

UN ANNO 12 numeri

EDIZIONE
DIGITALE INCLUSA

27,90*

ANZICHÉ 46,80 €

SCONTO

40%



Abbonati subito online!

www.abbonamenti.it/s&p

Eventuali allegati cartacei edicola non sono inclusi nell'abbonamento. Lo sconto è computato sul prezzo di copertina al lordo di offerte promozionali edicola. La presente offerta, in conformità con l'art. 45 e ss. del codice del consumo, è formulata da Stile Italia Edizioni Srl. Puoi recedere entro 14 giorni dalla ricezione del primo numero. Per maggiori informazioni visita www.abbonamenti.it/cgasie

* + 1,90 € di spese per un totale di 29,80 €